Gözden Geçirilmiş Yeni Basım

Yakın İlişkiler Psikolojisi

Understanding Close Relationships

Susan S. Hendrick

Birinci Basımdan Çeviri

Prof. Dr. Ali Dönmez
Doç. Dr. Ayda Büyükşahin Sunal
Yrd. Doç. Dr. Işıl Çoklar
Yrd. Doç. Dr. Meltem Güler
Psk. Nur Taluy

Çeviri Editörleri:
Prof. Dr. Ali Dönmez - Doç. Dr. Ayda Büyükşahin Sunal

PEARSON
nobel

Yakın İlişkiler Psikolojisi

Gözden Geçirilmiş Yeni Basım

Understanding Close Relationships

Susan S. Hendrick

Çeviri Editörleri
Prof. Dr. Ali Dönmez
Doç. Dr. Ayda Büyükşahin Sunal

PEARSON

nobel

NOBEL AKADEMİK YAYINCILIK EĞİTİM DANIŞMANLIK TİC. LTD. ŞTİ.

YAYIN NO.: 1434
Psikoloji/PDR No.: 049
ISBN: 978-605-320-340-7
© 1. Basımdan Çeviri, Gözden Geçirilmiş Yeni Basım, Şubat 2016

YAKIN İLİŞKİLER PSİKOLOJİSİ
UNDERSTANDING CLOSE RELATIONSHIPS
Susan S. Hendrick
Çeviri Editörleri: Prof. Dr. Ali Dönmez - Doç. Dr. Ayda Büyükşahin Sunal

© Copyright 2016, NOBEL AKADEMİK YAYINCILIK EĞİTİM DANIŞMANLIK TİC. LTD. ŞTİ. SERTİFİKA NO.: 20779
Bu baskının bütün hakları Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.ne aittir. Yayınevinin yazılı izni olmaksızın, kitabın tümünün veya bir kısmının elektronik, mekanik ya da fotokopi yoluyla basımı, yayımı, çoğaltımı ve dağıtımı yapılamaz.

Aauthorized Translation From The English Language Edition, Entitled Understanding Close Relationships, 1St Edition by Susan Hendrick, Published by Pearson Education, Inc, Publishing As Pearson, Copyright © 2004 Pearson Education, Inc. All Rights Reserved. No Part of This Book May Be Reproduced or Transmitted in Any Form or by Any Means, Electronic or Mechanical, Including Photocopying, Recording or by Any Information Storage Retrieval System, Without Permission From Pearson Education, Inc. Turkish Language Edition Published by Nobel Akademik Yayincilik, Copyright © 2016.

Genel Yayın Yönetmeni: Nevzat Argun -nargun@nobelyayin.com-
Dizi Editörü: Naim Dilek -naim@nobelyayin.com-

Redaksiyon: Gönül Ekici -gonul@nobelyayin.com-
Sayfa Tasarım: Ahmet S. Baydar -ahmet@nobelyayin.com-
Kapak Tasarım: Mehtap Yürümez -mehtap@nobelyayin.com-
Baskı ve Cilt: KALKAN MATBAASI Sertifika No.: 16029
Büyük Sanayi 1. Cadde Ali Bey İş Hanı No.: 99/32 İskitler/Ankara

Genel Dağıtım: ATLAS AKADEMİK BASIM YAYIN DAĞITIM TİC. LTD. ŞTİ.
-siparis@nobelyayin.com-
Tel: +90 312 278 50 77 - Faks: 0 312 278 21 65
Dağıtım: Alfa, Arasta, Final ve Prefix

e-satış: www.nobelkitap.com - esatis@nobelkitap.com
www.atlaskitap.com - info@atlaskitap.com

KÜTÜPHANE BİLGİ KARTI

Hendrick, Susan S.
Understanding Close Relationships
Yakın İlişkiler Psikolojisi / *Çeviri Editörleri: Ali Dönmez - Ayda Büyükşahin Sunal*
1. Basımdan Çeviri, Gözden Geçirilmiş Yeni Basım, xx+286 s., 170x240 mm
Kaynakça ve dizin var.
ISBN 978-605-320-340-7
1. Yakın İlişkiler 2. Arkadaşlık 3. Evlilik İlişkileri 4. Ayrılma ve Boşanma 5. Farklı İlişkiler 6. Toplumsal Cinsiyet

NOBEL AKADEMİK YAYINCILIK EĞİTİM DANIŞMANLIK TİC. LTD ŞTİ.
Ankara Büro: Mithatpaşa Cad. No.: 74/4 Kızılay / ANKARA
Tel: 0312 418 20 10 **Faks:** 0312 418 30 20
Rasimpaşa Mah. Soğutlüçayır Sok. No.: 16/21 Kat: 5
Kadıköy / İSTANBUL **Tel / Faks:** +90 (216) 449 20 01
nobel@nobelyayin.com - www.nobelyayin.com

www.nobelkitap.com

ÇEVİRİ KURULU

Prof. Dr. Ali Dönmez
Çankaya Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Doç. Dr. Ayda Büyükşahin Sunal
Ankara Üniversitesi, DTCF Psikoloji Bölümü

Yrd. Doç. Dr. Işıl Çoklar
İzmir Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Yrd. Doç. Dr. Meltem Güler
Çukurova Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Dr. Psk. Nur Taluy

Öğrencilerime

■ ■ ■

İÇİNDEKİLER

Ön Söz xiii

İlişkilerin Önemi 1

İlişkilerin Önemi Hakkında Ne Biliyoruz? 2
Ait Olma Gereksinimi 3
Bağlanma 4
Bağlanmaların Kaybı 6
Yalnızlık 8
Çağdaş İlişkiler 9
Araştırma Yöntemleri 11
Katılımcı Bildirimi Yaklaşımları 12
Gözlemsel Yöntemler 13
Arşivsel Yöntemler 14
Deneysel Yöntemler 14
Ek Konular 15
Özet ve Sonuçlar 16
Anahtar Kavramlar 17
Önerilen Okumalar 17

Çekicilik ve İlişki Gelişimi 19

Çekicilik ve İlişki Gelişimi Konusunda Ne Biliyoruz? 23
Çekicilik Kuramları 24
Bir Tutum Olarak Çekim 24
Denge Kuramları 24
Pekiştirme/Ödül Kuramları 25

Benzerlik 25
Uyarılma Kuramları 26
"Ölümcül Çekimler" 27
Çekicilik Üzerindeki Çevresel Etkiler 27
Yakınlık 27
Beden Dili 28
Çekicilik Üzerinde Kişisel Etkiler 29
Fiziksel Çekicilik 29
Eşleşme Denencesi 30
"Güzellik Eşittir İyilik" Denencesi 31
İstendik Diğer Özellikler 32
Eş Seçimi ve Evrimsel Psikoloji 32
Flört 35
Bilgisayar Ortamında Çekicilik 35
İlişki Gelişimi ve Süreçleri 36
Toplumsal Giriş Kuramı 36
İlişki Gelişimini Etkileyen Diğer Etmenler 37
Elde Etme Kuramları 41
Özet ve Sonuçlar 42
Anahtar Kavramlar 43
Önerilen Okumalar 44

Arkadaşlık ve Toplumsal Destek 45

Arkadaşlık ve Toplumsal Destek Konusunda Ne Biliyoruz? 49
Arkadaşlık Kuramları 50
Toplumsal Değişim (Mübadele) Kuramı 50
Hakkaniyet Kuramı 51
Değişim (alışveriş) İlişkilerine Karşılıklı Topluluksal İlişkiler 52
Diğer Arkadaşlık Modelleri 52
Arkadaş Olma ve Arkadaşlığı Sürdürme 54

Çevresel Etmenler 54
Bireysel Etmenler 54
İkili Etmenler 54
Durumsal Etmenler 55
Yaşam Süresince Arkadaşlık 56
Çocukluk Arkadaşlıkları 56
Ergenlik Dönemi Arkadaşlıkları 57
Genç Yetişkin Arkadaşlıkları 58
Daha İleri Yaşta Yetişkin Arkadaşlıkları 58
Arkadaşlığın Bozulması ve Yeniden Kurulması 59
Cinsiyet ve Arkadaşlık 59
Kadınların ve Erkeklerin Arkadaşlıkları 60
Karşıtcinsle Arkadaşlıklar 60
Toplumsal Destek 62
Aile ve Arkadaşlardan Alınan Toplumsal Destek 63
Çiftler Arasında Toplumsal Destek 64
Özet ve Sonuçlar 68
Anahtar Kavramlar 69
Önerilen Okumalar 70

Romantik Aşk 71

Romantik Aşk Hakkında Ne Biliyoruz? 75
Bağlanma 76
Romantik Bağlanma 76
Bağlanma Biçemlerinin Sonuçları 77
Aşk Kuramları 78
Aşka Uygulanan Üç Genel Kuram 78
Tutkulu ve Arkadaşça Aşk 79
"En İyi Örnek" Yaklaşımları 80
Aşk Yolları 81

Üçgen Aşk Kuramı 81
Aşk Biçemleri 82
Farklı Yaş ve Kültürlerde Aşk 84
İlişkilerde Yakınlık 86
Yakınlığı Kavramsallaştırma 86
Yakınlığı Ölçme 87
Yakınlık Bağlamı 89
Karşılıksız Aşk 90
Aşktan Kurtulma 90
Özet ve Sonuçlar 91
Anahtar Kavramlar 92
Önerilen Okumalar 92

İlişkisel Cinsellik 93

İlişkisel Cinsellik Konusunda Ne Biliyoruz? 97
Cinsel Davranış 98
Cinsel Tutumlar 99
Cinselliğe Yönelimler 100
Cinsel Tutum ve Davranışlar Üzerindeki Etkiler 101
Cinsel Çekim 101
Cinsel Doyum 103
Cinsel İletişim 104
Genel Anlamda İletişim 105
Cinsel İstek 105
Cinsellik ve Aşk Bağlantısı 106
Cinsellik ve Toplumsal Cinsiyet 107
Cinsellikte Cinsiyet Farklılıkları 107
Çıkma Tecavüzü 108
Bütün Çiftler için Cinsellik 108
Eşcinsel Erkek ve Eşcinsel Kadın Çiftler 108
Çok Kültürlü Çiftler 109

Çiftlerde Yaş İlerlerken 110
Engelleri ve Hastalıkları Olan İnsanlar 110
Cinsellik, Risk ve Güven 111
Özet ve Sonuçlar 112
Anahtar Kavramlar 114
Önerilen Okumalar 114

İletişim ve İlişkiyi Sürdürme 115

İletişim ve İlişkiyi Sürdürme Hakkında Ne Biliyoruz? 119
İlişkiyi Sürdürme Tanımları 120
İlişkileri Sürdürme Stratejileri 120
İletişim 122
Açılma 124
Kuramsal Yaklaşımlar 124
Açılma Üzerine Araştırmalar 125
Açılmanın İkili Yönleri 127
Sözsüz İletişim 128
Günden Güne İletişim (Günlük İletişim) 129
İlişki Doyumu 131
Özet ve Sonuçlar 134
Anahtar Kavramlar 135
Önerilen Okumalar 135

Çatışma ve Kötüye Kullanma 137

Çatışma ve Kötüye Kullanma ile İlgili Ne Biliyoruz? 141
Çatışmanın Temelleri 142
Çatışmanın Yapısı 142
Çatışmanın Nedenleri 142
Çatışma Süreci 143
Yükleme Yaklaşımları 143

Toplumsal Değişim (Mübadele) Yaklaşımları 144
Çatışmaların Olumlu ve Olumsuz Yönleri 145
Ailelerde ve Arkadaşlıklarda Çatışma 145
Ana Babalara Karşı Çocuklar 145
Arkadaşlıklar 146

Romantik ve Evli Çiftlerde Çatışma 147
Sıkıntılı Çiftlerin Nitelikleri 147
Çatışmayı Ele Alma Yaklaşımları 148
İlişkisel Güç 151
Çatışmalarla Yapıcı Olarak Başa Çıkma 152
İlişkilerde Kötüye Kullanma 154
Kötüye Kullanmanın Nedenleri ve İlişkili Değişkenler 155
Kötüye Kullanmanın Sonuçları 157
Cinsel Saldırganlık 158
Özet ve Sonuçlar 159
Anahtar Kavramlar 160
Önerilen Okumalar 160

İlişkinin Sona Ermesi (Ayrılma) Boşanma ve Yoksunluk 161

İlişkinin Sona Ermesi, Boşanma ve Yoksunluk İle İlgili Ne Biliyoruz? 166
İlişkinin Bozulmasının Nedenleri 166
Kıskançlık 166
Aldatma (İhanet) 167
İlişkinin Sona Ermesi (Ayrılma) 169
İlişkinin Sona Ermesine Neden Olan Etmenler 170
Bir İlişkide Çözülmenin Evreleri 171
İlişkinin Sona Ermesinin Duygusal Sonuçları 172

Boşanma 174
Boşanmaya Kuramsal Yaklaşımlar 176
Boşanmanın Yetişkinler İçin Sonuçları 178
Boşanmanın Çocuklar İçin Sonuçları 178
Yoksunluk 180
Özet ve Sonuçlar 182
Anahtar Kavramlar 184
Önerilen Okumalar 184

Farklı İlişkiler 185

Farklı İlişkilerle İlgili Ne Biliyoruz? 189
İlişkileri Kavramsallaştırma 190
Yeniden Evlilik Yoluyla Oluşan Aileler 190
Yeniden Evlilikte Kur Yapma 192
Yeniden Evlilikte İlişki Niteliği 192
Yeniden Evlenen Ailelerde Çocuklar 194
Eşcinsel Kadın ve Eşcinsel Erkek İlişkileri 194
Kur Yapma ve İlişkiyi Sürdürme 195
İlişkinin Sona Ermesi 196
Eşcinsel Ailelerde Çocuklar 197
Çok Kültürlü/Çok Irklı İlişkiler 198
Renkli Aileler 198
Kültürel ve Irksal Karşılaştırmalar 199
Etnik Gruplararası/Irklararası Çiftler 201
Birlikte Yaşayan Çiftler 203
Özet ve Sonuçlar 204
Anahtar Kavramlar 205
Önerilen Okumalar 206

Toplumsal Cinsiyet 207

Toplumsal Cinsiyet Konusunda Ne Biliyoruz? 211

Toplumsal Cinsiyetin ve Toplumsal Cinsiyet Farklılıklarının Kökenleri 212
Evrimsel ve Toplumsal Yapısal Yaklaşımlar 212
Korumacı Cinsiyetçilik 214
Toplumsal Cinsiyetçiliğin Doğurguları 215
Cinsiyet ya da Toplumsal Cinsiyet? Kadınlarda Cinsel Etkilenebilirlik ya da Biçim Verilebilirlik 215
Cinsel Etkilenebilirlik (Biçim Verilebilirlik) Konusunda Önermeler 216
Bu Önermelere Tepkiler 217
Cinsel Yönlendirilebilirlikle İlgili Diğer Görüşler 218

Toplumsal Cinsiyet, İlişkisel İnanç ve Davranışlar 219
İlişkisel İnançlar 219
İlişkisel Kültürler ve İklimler 220
Güç ve Denetim 223
Yetkili Olma 224
Toplumsal Cinsiyet ve Aile İşleri 225
Toplumsal Cinsiyet ve Ev İşleri 227
Toplumsal Cinsiyet ve Gelir 228
Toplumsal Cinsiyet, İş ve Gelecek 229
Özet ve Sonuçlar 230
Anahtar Kavramlar 231
Önerilen Okumalar 231

Son Söz 233
İlişki Öykülerine Devam 233
Bağlar ve Seçim Noktaları 242

Sözlük 245
Kaynakça 249
Dizin 237

Ön Söz

Yakın ilişkiler, her biçimde her boyutta ve her renkte olabilir. Üniversite öğrencilerine yakın ilişkilerle ilgili ders verdiğim yıllar, beni ilişkilerde şaşırtıcı bir çeşitliliğin olduğuna inandırdı. Dersler beni ayrıca, öğrencilerin kişisel ilişkileriyle (romantik partnerleriyle, arkadaşlarıyla, aile üyeleriyle, çalışma arkadaşlarıyla ve diğerleriyle) yaşamsal derecede ilgilendiklerine de inandırdı. Öğrenciler bu ilişkileri anlamak ve bunları olabildiğince geliştirmek istemektedir. *Yakın İlişkiler Psikolojisi,* bu alanların her ikisinde öğrencilere yardımcı olma amacıyla tasarlanmıştır.

Disiplinlerarası bir alan olan yakın ilişkiler, son yirmi yılda ortaya çıkmış ve ilişkisel kuramla iletişim; insan gelişimi ve aile çalışmaları; sosyoloji; klinik psikoloji, danışma psikolojisi, gelişim psikolojisi ve sosyal psikolojisi gibi alanlardaki araştırmacılar için kapsayıcı bir çerçeve sağlamıştır. Bu disiplinlerarası alan, romantik partnerler, aile üyeleri ve arkadaşlarla değişik bir dizi yakın ve özel ilişkiyi incelemektedir. Bu alandan kaynaklanan alan yazın, geniş ve etkilidir. Çoğunlukla yakın ilişkilerle ilgilenen bilim insanları ve öğrencilerine seslenmekle birlikte, bu yazın ilişki sorunlarıyla uğraşan uygulamalı durumlarda giderek daha ilgili hâle gelmektedir.

Yakın İlişkiler Psikolojisi kitabı, yenilikçi bir biçimde bu yazın üzerine yapılanmak üzere tasarlanmıştır. Bu amaçla, bölümler örnek işlevi gören öyküler çevresinde geliştirilmiş; sonra da örnekleri açıklamak ve daha da zenginleştirmek için kuram ve araştırmalardan yararlanılmıştır. Sırasında, öyküler araştırma kuramlarından bazılarını açıklamakta ve özetlemektedir. Böylece onlar, öğrenci okuyucuları için daha canlı hâle getirmektedir. Öyküleri herkes sever!

Bölümlerin Gözden Geçirilmesi

Bu kitap gevşek bir biçimde *"gelişimsel"* sayılabilecek bir yaklaşımı benimsemektedir. Genellikle, aile dışı ilişkilerin başladığı yerde; yani kişilerarası çekicilikle başlamaktadır. Daha sonra, ilişkilerin niteliklerini onlar gelişirken incelemeye ve dağılmaya ve çözülmeye başlarken onları etkileyen etmenler üzerinde durmaya devam etmektedir.

İlişkilerin Önemi isimli 1. Bölüm'de amaçlar, kavramsal bir çerçeve oluşturmak—ait olma temel gereksinimi—daha sonra, çağdaş ilişkilerin çarpıcı bazı yönlerini betimlemek, ek olarak da yakın ilişkilerdeki bireylere ilişkin pek çok bilgi toplama yaklaşımından bazılarını taramak için konulmuştur. Ayrıca, 1. Bölüm'de yakın kişisel ilişkilerin birçok yönünü açıklamak için senaryo kullanımı tanıtılmıştır. Bir dizi kısa senaryo, bölüm boyunca serpiştirilmiştir. Öteki bölümlerden her biri, büyük ölçüde vaka örneklerine benzeyen daha uzun senaryolardan oluşan bir ya da daha fazla İlişki Öyküsü ile başlamaktadır. Bu öyküler, gerçek durumlardan esinlenerek oluşturulmuştur ve ilgili oldukları bölümde ayrıntılandırılan olgu ve

konulardan birçoğunu sergilemektedir. Bu öykülerdeki amaç, tanıttığı bölüme okuyucunun ilgisini çekmektir.

Çekicilik ve İlişki Gelişimi isimli 2. Bölüm, çok büyük ölçüde bu araştırmalara kaynaklık eden deneysel gelenekten yararlanarak çekiciliğe tutumsal yaklaşımı ortaya koymaktadır. Bölüm, birçok çekim kuramını (ör., denge ve benzerlik) sunmakta ve çekim üzerindeki çevresel ve kişisel etkileri tartışmaktadır. Özellikle evrimsel bakış açısından eş seçimi de tartışılmıştır. İlişki gelişimi, romantik ilişkiler üzerine bir vurguyla tanıtılmıştır. Toplumsal giriş, ilişki gelişimine bir bakış yolu olarak sunulmuş ve ayrıca, romantik inanç ve yanılsamalar gibi olgular üzerinde de durulmuştur. Bölüm, kur yapma kuramları üzerine kısa konuyla bitirilmiştir.

Arkadaşlık ve Toplumsal Destek isimli 3. Bölüm, ilişkinin belirli türüne odaklanır: arkadaşlık. Arkadaşlık gelişimi kuramları, özellikle değişim ve hakkaniyet modelleri vurgulanarak belirli bir ayrıntıda tartışılmıştır. Ardından, arkadaşlık gelişimi ve devamlılığını etkileyen etmenler sunulmuştur. Arkadaşlık yaşam boyunca farklı zamanlarda başlayabilir ve süresi değişebilir; bu nedenle çocukluk, ergenlik, genç yetişkinlik ve yaşlı yetişkinlik arkadaşlıklarının tümü tanıtılmıştır. Ayrıca kadın ve erkeklerin arkadaşlık etmelerindeki benzerlik ve farklılıklar kadar, karşıtcinsle arkadaşlıkların karmaşık yönleri ve sağladığı ödüller üzerinde de durulmuştur. 3. Bölüm'de daha sonra aile ve arkadaşlık ilişkileriyle romantik ilişkilerin temel yönü olan toplumsal destek ele alınmıştır. Toplumsal desteğin yakın ilişkilerdeki önemiyle birlikte, tanımı ve ölçümü tartışılmıştır. Çiftlerde öteki ilişkisel özelliklerden nasıl etkilendiği ve sırasında, onlardan nasıl etkilendiği de içinde olmak üzere toplumsal destek belirli bir ayrıntıda tartışılmıştır.

"Dünyayı döndüren aşktır." denir. Romantik Aşk isimli 4. Bölüm, aşkı çağdaş kuramsal yaklaşımlar ve ilişki araştırmaları aracılığıyla çözümlemektedir. Bir yetişkin olarak sevme yeteneği, erken sevgi ilişkileri/bağlanma—genellikle ana babayla—tarafından güçlü bir biçimde etkilenir. Bu nedenle, aşk bebeklikte kök salmaya başlar; en azı romantik bir anlamda olmak üzere, ergenlik ve genç yetişkinlikte büyür ve çiçek açmaya başlar. Üzerinde durulan kuramsal yaklaşımlar en iyi örnek yaklaşımıyla evrimsel kuramı içermektedir. Aşk biçemleri bakış açısı da oldukça ayrıntılı olarak tartışılmıştır. Aşk ayrıca farklı yaş ve kültürler bağlamında da tartışılmıştır. Bölüm ilişkilerde yakınlık konusunda ek bir tartışmayla bitmektedir.

Bütün romantik ilişkilerde cinsellik yoktur, fakat aşk kesinlikle bu tür birçok ilişkinin bütünleyici bir parçasıdır. İlişkisel Cinsellik isimli 5. Bölüm, cinsel doyum ve cinsel isteği de içeren çağdaş cinsel tutum ve davranışların tartışılmasıyla başlamaktadır. Cinsel davranış genellikle ilişkisel bir bağlamda gerçekleşir. Ardından, cinsellikle aşk arasındaki ilişkiler tartışılmıştır. Cinsellik; genç, Avrupalı, Amerikalı ve karşıtcinsel çiftlerle sınırlı olmadığı için eşcinsel kadın ve eşcinsel erkek çiftler, çok kültürlü/çok ırklı çiftler, yaşlılar ve değişik engelleri ve hastalıkları olanlar bağlamında bu konu da kısaca tartışılmıştır. Son olarak, cinselliğin riskli yönleri üzerinde durulmuştur.

İlişkiye başlama, süreçte yalnızca ilk adımdır; hatta daha yaşamsal olanı ilişkiyi besleme ve gözetmedir. İletişim ve İlişkiyi Sürdürme isimli 6. Bölüm, bir kez başladıktan sonra bir ilişkiye nasıl bakılıp besleneceği üzerinde durmaktadır. İlişkiyi *Sürdürme* için değişik tanımlar önerilmiş ve sürdürme stratejileri tartışılmıştır. Bütün biçimleriyle iletişim, ilişkiyi sürdürmede merkezî öneme sahiptir ve dolayısıyla ayrıntılı olarak

tartışılmıştır. Açılma ya da kişinin kendisini bir başkasıyla yakın paylaşımı belirli ayrıntıda ele alınmıştır. Sonra, sözsüz iletişim tartışılmış ve günden güne ve sıradan iletişimin önemi üzerinde durulmuştur. Bölüm, bir ilişkinin başarısının değerlendirilmesinde bir araç olan ilişki doyumu üzerinde kısa bir tartışmayla sona ermektedir.

Çatışma ve Kötüye Kullanma isimli 7. Bölüm, farklı ancak yine de ilişkili bu iki konu üzerine odaklanmaktadır. Çatışmanın hem tanımları hem de yapısı başlangıçta sunulmuştur. Daha sonra, yükleme ve değişim açıklamaları da içinde olmak üzere çatışma süreçleri tartışılmıştır. Çatışmalar kaçınılmaz olarak şu ya da bu zamanda yakın ilişkilerin büyük çoğunluğunda görülür; bu nedenle, çatışmaların artıları ve eksileri üzerinde durulmuştur. Ana babalar ile çocuklar arasındaki ve arkadaşlıklardaki çatışmalar ele alınmıştır. Ayrıca, romantik ve evlilik ilişkilerindeki çatışmalar da ayrıntılı olarak tartışılmıştır. Ayrıca, çatışmayla yapıcı olarak başa çıkma yöntemleri de sunulmuştur.

7. Bölüm'ün ikinci konusu olan *kötüye kullanma* genel olarak çatışmaları içerir. Buna karşın, çatışmaların büyük çoğunluğu kötüye kullanma içermez. Kötüye kullanma partnerli ilişkilerde çoğu kişinin fark edebildiğinden daha sık görülür. Kötüye kullanmanın kimliklenmiş nedenlerinden bazıları kadar kötüye kullanmayla ilişkili diğer özellikler de tartışılmıştır. Kötüye kullanmanın sonuçları, insanlar özellikle de kötüye kullanma kurbanları için yıkıcı olabilir. Bu nedenle, bu konu belirli bir ayrıntıda ele alınmıştır. Son olarak, kötüye kullanmanın özel bir biçimi olan cinsel saldırganlık tartışılmıştır.

İlişkiler başlarken, partnerler genellikle heyecanlıdır ve romantik ilişki ya da arkadaşlıkta gelecekleriyle ilgili olasılıklar hakkında umutludurlar. Ancak bu olumlu duygu ve umutluluğun diğer tarafı bir ilişki çözülürken kişileri ezip altüst edebilen üzüntü ve hatta yoğun öfkedir. Ayrılma, Boşanma ve Yoksunluk isimli 8. Bölüm, herkesin yaşamında şu ya da bu zamanda kaçınılmaz ilişki kayıplarını ele almaktadır. Kıskançlık ve aldatma ilişkinin sona ermesinin olası iki nedenidir ve başlangıçta tartışılmıştır. Sonra, ayrılmanın kendisi betimlenmiş ve onu boşanma üzerine ayrıntılı bir tartışma izlemiştir. Boşanma süreciyle ilgili temel kuramsal bakış açılarından bazıları sunulmuş ve boşanmanın değişik yön ya da çeşitleri (ör., duygusal, ekonomik ve toplumsal ağ) üzerinde de durulmuştur. Boşanmanın sonuçları çoktur; bu nedenle, boşanmanın hem çocuklar hem de yetişkinler üzerindeki etkileri tartışılmıştır. Ayrılma ve boşanma, ilişki kaybının tek kaynağı değildir; ilişki kaybı nedeniyle yoksunluğu herkes yaşar. Bu nedenle, özellikle romantik bir partnerin kaybı sonucu yaşanan yoksunluk üzerinde durulmuştur.

Daha önce de belirtildiği gibi, yakın ilişkiler her biçimde, her boyutta ve her renkte olabilir. Farklı İlişkiler isimli 9. Bölüm, aile ve ilişkilerle ilgili geleneksel görüşleri genişleten yine de ayrıca bugünün ilişkilerinin gerçeklerini yansıtan ilişki biçimlerinden bazılarını gözden geçirmek için geniş açılı bir büyüteç kullanmaktadır. Bir ilişkinin sona ermesi, sık sık bir diğerinin başlaması anlamına gelir, çünkü birçok kişi bir evlilik partnerinden boşanır ve sonra yeni birini bulur. Yeniden evlilik sıklığı küçümsenemeyecek ölçüde artmıştır. Bunun anlamı, yeniden evlilik yoluyla oluşmuş bir aileye ait olmayı birçok kişinin yaşaması demektir. Yeniden evlilikle ilgili kur yapma ve nitelik yanında, bu yolla oluşmuş ailelerde çocuklarla ilgili konular üzerinde de durulmuştur.

Diğer bir aile biçimi de yasal olarak evlenemeyen ancak yine de aile, ev kuran eşcinsel kadın ve erkek çiftler tarafından oluşturulur. 9. Bölüm'de ayrıca, eşcinsel kadın ve eşcinsel erkek ilişkileri kur yapma, sürdürme, ayrılma ve aile kurma açısından belirli bir ayrıntı ile ele alınmıştır. Eşcinsel kadın ve eşcinsel erkek ana babaların çocukları, pek çok açıdan karşıtcinsel ana babaların çocuklarına benzemektedir. Fakat, bazı açılardan farklılıkları (ör., eşcinsel kadın ve erkek ana babaların çocuklarının, cinsellikle ilgili daha kapsayıcı görüşleri olabilir) da vardır. Bu farklılıklarla ilgili araştırmalar kısaca tartışılmıştır.

Bir tek dünyada yaşıyor olabiliriz, ancak bu dünya farklı ırkları ve değişik kültürleri içermektedir. 9. Bölüm'de çok kültürlü ve çok ırklı ilişkilerle ilgili alt bölüm, ailelerin renkleriyle ilgili kısa bir tartışmayla başlamaktadır; çünkü yakın ilişkilerin nasıl yürütülebileceğini anlamada bireyin temeli, büyük ölçüde ailesi ya da onu çevreleyen kültürü içinde oluşur. Farklı kültürel ve etnik birleşimlerin ilişkilerini karşılaştıran araştırmalar, kısaca hem farklılıklara (ör., etnik gruplararası ve ırklararası çiftler, daha fazla ayrımcılıkla karşılaşabilirler) hem de benzerliklere (ör., aynı ırktan ve farklı ırklardan çiftlerin her ikisi de güvenli bağlanma biçemi belirtmiştir) işaret edilerek sunulmuştur.

Toplumsal Cinsiyet isimli 10. Bölüm, çağdaş Batı toplumlarında cinsiyet ve toplumsal cinsiyeti saran karmaşık konular üzerinde durmaktadır. *Korumacı cinsiyetçilik* kavramı yanında, toplumsal cinsiyete ilişkin evrimsel ve toplumsal yapısal bakış açıları sunulmuştur. Partnerli ilişkiler bağlamında (ör., ilişki inançları ve kültür) toplumsal cinsiyetle birlikte kadınlarda cinsel esneklikle ilgili görece yakın geçmişteki tartışmalar üzerinde biraz durulmuştur. Daha sonra, ayrılmaz bir biçimde toplumsal cinsiyet konularıyla iç içe geçmiş olan güç ve kontrol kavramları tartışılmış ve *yetkili olma* kavramıyla ilişkilendirilmiştir. Annenin işi, iş stresi, çoklu roller, ev işi, ana babalık ve benzerleri konuları içeren toplumsal cinsiyet ve aile işleri oldukça ayrıntılı bir biçimde tartışılmıştır. Bölüm, toplumsal cinsiyet ve işin geleceğiyle ilgili bakış açılarıyla sona ermektedir.

Son olarak, son sözde farklı birkaç konu üzerinde durulmuştur. İlk olarak, son sözde 2. Bölüm'den 10. Bölüm'e kadar bütün bölümleri tanıtan İlişki Öykülerinden bazılarında ilişkilerin nasıl devam edebileceği gösterilmekte ve ilişkiler ile o ilişkilerdeki kişiler hakkında okuyuculara sorular sorulmaktadır. Son söz, ilişkileri olan ve olmayan yaşamları karşılaştırarak ve çiftlerin ilişkisel yaşamlarında karşılaşmaları kaçınılmaz olan seçim ya da karar noktaları üzerinde durarak devam etmektedir.

Özetle, bu kitabın bölümleri yakın ilişkiler alanındaki pek çok temel konuyu kapsamaktadır. Ancak alanın genişliği göz önüne alındığında, bazı konulara yalnızca kısaca değinilmiş, bazılarına ise hiç yer verilememiştir. Buna karşılık, bu kitapta toplumsal cinsiyet ve çeşitlilik gibi konulara sık sık ilişki araştırmaları odaklı kitaplarda olduğundan daha fazla yer verilmiştir. Bu ve belki başka açılardan kitap, bir danışma psikoloğu ve aile terapisti olarak benim kendi artalanımı yansıtmaktadır. "Bu ne anlama gelir?" ve "Bu danışanlara özellikle de çiftlere nasıl yardımcı olabilir?" sorularını sorarak, ilişki kuramı ve araştırmalarına değişmez bir biçimde içinden baktığım büyüteç işte budur. Bu kitaptaki malzeme, bu ve daha başka soruları yanıtlamaktadır ve çiftler de içinde olmak üzere okuyucuya çok yardımcı olabilir.

Değişik bir dizi çalışma yardımcısı okuyuculara da yararlı olacaktır.

- Her bölüm kendi içeriğini gözden geçirmeyi sağlayan bir özetle başlar. Daha önce de belirtildiği gibi, 2. Bölüm'den 10. Bölüm'e kadar bütün bölümler İlişki Öyküleriyle başlamakta ve bunları da okuyucunun ilgisini canlı tutacak ve konu üzerinde düşünmesini sağlayacak birkaç yoklama sorusu izlemektedir.
- Her bölümdeki Ayraç Kutusu adı verilen kutular, değişik bir dizi kısa araştırma taraması sunmakta ve okuyucuların kendi kişisel ilişkileri hakkında düşünmelerini sağlayacak yönergeler vermektedir.
- Her bölüm birçok ek okuma önerisi, bir anahtar sözcükler dizisiyle birlikte, bölüm içeriğinin bir özetiyle bitmektedir.
- Metin içinde koyu yazılmış anahtar kavramlar, kitabın sonundaki sözlükte bir araya getirilmiş ve tanımlanmıştır.
- Ayrıca kitabın sonundaki ayrıntılı kaynakça bölümü de metinde adı geçen 600'den daha fazla kaynağa ilişkin eksiksiz bir kaynakça bilgisi sağlamaktadır.

Teşekkür

Bu kitabı yazmak, bir zorlama ve büyük bölümüyle bir zevk olmuştur. Zevkin büyük bölümü birlikte çalıştığım harika insanlardan kaynaklanmıştır. İlk olarak, coşkulu desteği ve şahane fikirleri için Allyn ve Bacon'da yayına hazırlama sorumlusu Carolyn Merrill'e teşekkür ederim. Ayrıca, onun yayına hazırlama yardımcılarına ve bu kitabın çıkmasında yardımcı olan, en üst düzey Üretim Yöneticisi Donna Simons da içinde olmak üzere Allyn ve Bacon'daki herkese de teşekkür etmek isterim. Ayrıca, Denise Hoffman ve Susan Freese'ye yaratıcı çalışmaları için de teşekkür ederim.

Hiç kuşkusuz, içgörüleri bu kitabı daha iyi bir kitap yapan harika gözden geçiriciler, California Eyalet Üniversitesinden Julie M. Albright; Lousiana Teknik Üniversitesinden Duane A. Dowd'a; Cornell Kolejinden William Dragon'a; Maine Üniversitesinden Renate Klein'a; Haverford Kolejinden Benjamin Le'ye ve özellikle de Elon Üniversitesinden Maurice J. Levesque'e teşekkür ederim.

Son olarak, birkaç özel insana teşekkür etmek isterim. Robert Hogan'a yayın aşamasında bana ilk desteği verdiği için teşekkür ederim. Ayrıca, yirmi yıldan daha fazla bir süre için cömert ve destekleyici bir akıl hocası olan John Harvey'e teşekkür ederim. Birçok yıl boyunca biçimsel akıl hocalığı için Steve Duck'a da teşekkür ederim. Benim için ulaşılabilir olmasa da her zaman esin kaynağı bir amaç olan böylesi şahane bir akademik yazıyı modellediği için ayrıca Ellen Berscheid'e teşekkür ederim. Ve Clyde'ye, her şey için teşekkürler.

1 İlişkilerin Önemi

İlişkilerin Önemi Hakkında Ne Biliyoruz?

Ait Olma Gereksinimi

- Bağlanma
- Bağlanmaların Kaybı

Yalnızlık

Çağdaş İlişkiler

Araştırma Yöntemleri

- Katılımcı Bildirimi Yaklaşımları
- Gözlemsel Yöntemler
- Arşivsel Yöntemler
- Deneysel Yöntemler
- Ek Okumalar

Raquel ve Elisia liseden beri çok iyi arkadaşlardı. Çok farklı kişiliklere ve etkileşim biçemlerine sahiplerdi, ancak birbirleriyle her zaman hemen her şey hakkında konuşabiliyorlardı. Üniversitenin ilk yılında oda arkadaşıydılar, fakat birlikte yaşamanın yalnızca yakın arkadaş olmaktan farklı olduğunu gördüler. Gerçekte, birbirlerinin sinirine dokunuyorlardı ve arkadaşlıklarının oda arkadaşı olarak bir yıl daha sürüp sürmeyeceğini merak ediyorlardı.

■ ■ ■

Bu kitapta üzerinde durulan ilişki durumlarından ve ikilemlerden bazılarını göstermek için bunun gibi kısa senaryolar 1. Bölüm boyunca serpiştirilmiştir. Örneğin, uzun süreli arkadaşlar oda arkadaşı olabilir

ve aynı zamanda arkadaşlıklarını da sürdürebilirler mi? Romantik bir ilişkide partnerler için cinsel birleşmeye başlamanın doğru zamanı nedir? Evli çiftler çocukları doğduktan sonra ilişkilerini nasıl sürdürür? Bu sorular ve diğerleri, bu bölümde kısaca ve izleyen bölümlerin başlarında İlişki Öyküsü adı verilen vaka çalışmalarında daha ayrıntılı olarak ele alınıp tartışılmıştır.

İlişkilerin Önemi Hakkında Ne Biliyoruz?

Bazen öyle görünüyor ki, ilişkiler bizim için hem en büyük mutluluk hem de en büyük kaygı kaynağı olabilmektedir. İnsanlar kişisel katılım, duygusal bağlanma ve sürekli etkileşimi içeren *yakın ilişkilerle* çok yoğun olarak ilgilenmektedir. Her birimiz bazen doyurucu, bazen değil, bir aile ilişkileri takımı içinde büyümüşüzdür. Ayrıca, yetişkinler olarak da genellikle arkadaşlar ve belki romantik bir partnerle yakın ilişkilerimiz vardır.

Bir ölçüde, her yakın ilişki öğrencisi bir ilişki uzmanıdır. Yakın ilişkiler dersini alırken her birimiz bir edebiyat ya da fen dersinde bulunamayacak düzeyde bilgi ve deneyime sahip oluruz. Fakat bu bilgi, bazen gözlerimizi *bilmediklerimize* kapatabilir. Gerçekte, birçok insan kendi ilişkileri konusunda "oldukça uzman olmayan" uzmandır. İnsanların ilişkilerde gerçekte yaptıklarının çoğu, bilinçli seçimler olarak algılanan süreçlerden çok, bilinçaltı zihinsel süreçler tarafından yönetilir (ör., Bargh ve Chartrand, 1999). Bu nedenle, ilişkiler hakkında çok şey bildiğimize inanabilmekle birlikte, her zaman öğrenmemiz gereken daha çok şey vardır.

Romantik partnerler, arkadaşlar ve aile ile ilişkilerin tümü yaşamımız için önemlidir. Bütün bu ilişki türleriyle ilgili yazın, başarılı olarak tek bir bölüm içine sığdırılamazdı. Bu kitap, arkadaşlıklar üzerine biraz vurgu ile temelde romantik ve partnerli ilişkilere odaklanacaktır. Ancak yine de bütün bu ilişki türleri şöyle ya da böyle her kişinin ilişki öyküsüne katkıda bulunur.

Amy ve Chin birkaç aydır çıkıyorlar. Her ikisi de üniversitede okurken başkalarıyla çıkmışlardı, fakat artık çıkma görüntülerinden bıkmışlardı. Şimdi, mezuniyetleri yaklaşıyordu ve onlar yüksek lisans ve gelecekleri hakkında daha ciddi olarak düşünmeye başlamışlardı. Birbirlerinden çok hoşlanıyorlardı ve ilişkilerinde işleri çok ağırdan alıyorlardı. Cinsel etkinliğe ne zaman gireceklerinden ya da hatta girip girmeyeceklerinden bile emin değildiler. Bu ilişkinin böyle gitmesinin gerçekte daha doğru olacağını düşünüyor ve işleri zora sokmak istemiyorlardı.

■ ■ ■

Bu kitabı okurken, ilişkilerin nasıl işlediği konusunda hâlen sahip olduğunuz bilgilerin farkına varmanız; bilginizdeki boşlukları dolduran yeni bilgiler edinmeniz ve kendi yakın ilişkilerinizi daha doyurucu olarak nasıl yürütebileceğinizi öğrenmeniz amaçlanmıştır. Yakın ilişkilerin yaşamımızdaki rolü hakkında pek çok başlangıç sorusu vardır: Yakın ilişkiler niçin bu kadar merkezî ve bizim için bu kadar önemlidir? İlişkiler niçin bazen çok

ödüllendirici; bazen de çok acı verici olabilmektedir? Ve niçin bazen çok karmaşıktırlar? Bu sorular, önemli bir bakış açısı izleyen alt bölümde tartışılmıştır.

Ait Olma Gereksinimi

Baumeister ve Leary (1995) önemli bir makalelerinde, *ait olma denencesi* adını verdikleri şeyi önermişlerdir. Onlara göre, "insanlar hiç değilse, en az sayıda, kalıcı, olumlu ve anlamlı kişilerarası ilişkiler geliştirmek ve sürdürmek için yaygın bir güdüye sahiptir." (s. 497). Bu yazarlar görüşlerini geliştirmeyi ve çok geniş bir psikolojik araştırmalar dizisiyle desteklemeyi sürdürmektedir.

Baumeister ve Leary'nin de kabul ettikleri gibi, bu yeni bir görüş olmamakla birlikte, düşüncelerinin sistematik doğası ve onu desteklemede sergiledikleri açıklık, sezgisel bir gerçek olagelen bir şeye bilimsel bir inandırıcılık katmaktadır. İnsanlar diğer insanlara gereksinim duyarlar. Bu kabul ya da varsayım, elinizdeki kitap için kapsayıcı bir çerçeve sağlamaktadır.

Baumeister ve Leary'nin tartışmalarının birçok kilit ögesi vardır. Onlara göre, ait olma gereksiniminin iki yönünden söz edilebilir: (1) hiç değilse birkaç başka insanla sık sık ve duygusal olarak hoş etkileşim ve (2) bu duygusal ilişkilerin zaman içinde kararlılığı. Ayrıca, onlara göre ait olma bir *istekten* çok bir *ihtiyaçtır* ve bu nedenle de insanın evrimsel donanımının doğuştan ve temel bir parçasıdır. Ait olma bir seçim değil, bir gerekliliktir. Bir aile birliğine ya da toplumsal daha geniş bir gruba ait olma, yiyecek sağlamada daha etkili olma, düşmanca güçlere karşı daha etkili savunma ve benzerleri yoluyla insanlar için yaşamda kalmayı ve üremeyi kolaylaştırmış olmalıdır. Böylece, ait olma gereksinimi uzun zaman aralıkları için seçilmiş olmalıdır.

Eğer ait olma temel bir gereksinimse, o zaman bu gereksinim insan yaşamı içine özgül bazı yollarla örülmüş olmalıdır. İnsanlar toplumsal bağlar oluşturmaya ve bu bağları koparmamaya güdülenmiş olmalıdır. Hem bilişsel hem de duygusal süreçler, böyle bağlar çevresinde gelişmelidir; böylece olumlu bağlar olumlu çıktılarla, olumlu bağların kaybı da olumsuz çıktılarla ilişkili olmalıdır. Ek olarak, ne süregiden etkileşim olmaksızın yakın bağlar ne de yakın bağlar olmaksızın süregiden etkileşim, her ikisinin birlikte bulunduğu ilişkiler kadar doyurucu olabilir. Son olarak, toplumsal ilişki gereksinimi, kişinin ait olma gereksinimleri karşılandıktan sonra azalmalı ve bir ilişkinin kaybı, kişiyi onun yerini bir başkasıyla doldurmaya güdülemelidir.

Baumeister ve Leary'nin (1995) denencelerinin anahtar yönleri, toplumsal bağlar kurma gereksinimi ve hem bu bağları kurma hem de koparmanın sonuçları çevresinde odaklandığı için bu özgül konular üzerinde özellikle durulacaktır. Genç insanların ilk toplumsal ilişkilerini nasıl kurduklarıyla ilgili etkili yaklaşımlardan biri de *bağlanma bakış açısıdır.* Bu ilk toplumsal bağlar daha sonraki toplumsal ilişkiler için bir yol gösterici ya da şema işlevi görecektir.

LaDonna ve Emmett beş yıl önce, üniversiteyi bitirir bitirmez, evlenmişlerdi. İlk çocukları yaklaşık bir yıl önce doğmuştu. LaDonna bebekle bütünüyle büyülenmişti ve annelik ile öğretmenliği arasında, Emmett için çok az zaman kalıyordu. Bebeği Emmett de çok seviyordu. Ancak, evliliklerinin artık şimdiye kadarki gibi iyi gidip gitmeyeceğini merak ediyordu. Sanki eşini kaybetmişti, öyle hissediyordu.

■ ■ ■

Bağlanma

Toplumsal bağların ya da en geniş anlamıyla **bağlanmanın** gelişimi, kişilerarasında genel bir duygusal bağla ilgilidir. Bağlanma, etkileşimde tutarlılığı, ilişkide kararlılığı ve fiziksel teması içerir. Daha özgül olarak, deyim ana baba ve bebeklerin fiziksel yakınlığı nasıl sürdürdüklerini (Bowlby, 1958) ve yetişkinlerin romantik partnerleriyle ilişkilerini nasıl yaşadıklarını (Hazan ve Shaver, 1987) betimlemek için kullanılır.

İnsanlar ve diğer maymunlar üzerinde yapılan gözlemsel çalışmalar, bebeklerle annelerin birbirleriyle etkileştiklerine ve babaların da bu etkileşimsel sistemin bütünleyici bir parçası olduklarına işaret etmektedir. Gerçekte, araştırmalar bebek ve çocukların gelişim ve işlevselliğinde, anne sevgisi kadar baba sevgisinin de önemli olduğunu göstermektedir (ör., Rohner ve Veneziano, 2001). Bebek, annesinin sesini duyup başını ona doğru çevirdiğinde de babası kucağına aldığında ve ona gülümsemeye başladığında da etkileşimsel sistem güçlenmektedir. Bir başka deyişle, etkileşim Baumeister ve Leary (1995) tarafından tanımladığı kadarıyla, gerçekte ait olmanın bir parçasıdır. Hrdy (1999) bebek gülümsemelerinin ve genel olarak sevimliliğin, yaşamda kalmaya hizmet için tasarlandığına işaret etmektedir. Yani, ana babasına güçlü bir biçimde bağlanmış ve onlarla etkileşen bir bebeğe bakılması ve dolayısıyla böyle bebeklerin yaşamda kalmaları olasılığı daha yüksektir.

Bu bağlanma sürecinde fiziksel temas özellikle önemlidir; Bowlby'nin (1958) bu konuya bu kadar çok odaklanmasının nedeni de budur. Bağlanma ile ilgili bilgilerin çoğu maymunlar üzerinde yapılmış çalışmalardan gelmektedir (Harlow, 1974; Harlow ve Harlow, 1966, 1970). Bebek maymunlar annelerine fiziksel olarak yakın olmak ve anneleri tarafından rahatlatılmak isterler. Harlow (1974) bebek maymunun, daha annesini gerçekten tanımadan çok önce, nasıl olup da ona sarıldığını betimlemek için *organik duygu* kavramını kullanmıştır. Bebeklikte böyle rahatlatılmaktan yoksun bırakıldıklarında, maymunların daha sonraki gelişimleri, özellikle de yetişkinlikte çiftleşme ve yavruların büyütülmesi açısından olmak üzere, değişik biçimlerde geri kalıyordu. Ayrıca, insan yavruları da bakıcılarına fiziksel olarak yakın olmak isterler. Altı kuru ve iyi beslenmiş bir bebek hâlâ ağlayabilir. Bebek kucağa alınıp bazen sallanarak yatıştırıldığında ağlaması genellikle duracaktır. Baumeister ve Leary'nin (1995) de işaret ettikleri gibi, bir ilişkinin gerekli ve önemli bir parçası fiziksel yakınlıktır.

İlişki kararlılığı, bütünüyle ait olmanın, tutarlılık da bağlanma sürecinin bir diğer yönüdür. Bir bebek güvenli ve güvencede hissetmeyi bakıcısının dikkatinin tutarlılığı yoluyla öğrenir. Yaşamın ilk yılında iyi bakılan bebekler, aç olduklarında doyurulur, altlarını ıslattıklarında altları değiştirilir, kucağa alınır, durmadan okşanır ve onlarla neredeyse aralıksız konuşulur. Sevgi dolu ve karşılık verici bir bakımla bir bebek, dünyasının tutarlı ve kestirilebilir bir yer olduğunu öğrenir. Dahası,

bu süreç birbirlerinin hareketlerini taklit eden, birbirleriyle konuşan ve birbirlerini gözleyen bakıcı ile bebek arasında karşılıklıdır (Schaffer, 1971).

Yaşamın ilk yılı süresince, bebek karşılık verici bakıcılara, genellikle hem anne hem de babaya, artan bir biçimde bağlanır. Ayrıca, bebek bu süre içinde bakıcıdan fiziksel olarak ayrı kalmaya direnç geliştirir. Bir yaşını doldurduğunda, yeni yürümeye başlayan bebek bakıcısını sahiplenmeye ve bakıcı başka bir bebeğe ilgi gösterdiğinde onu kıskanmaya başlar ve bunu bir tehdit olarak algılar (Hart, 2001). Bakıcının dikkatini başka bir yere çevirmesi, pek de bebeğin çıkarına olmadığı için böylesi bir sahiplenme uyumsaldır; yani uyuma hizmet edicidir. Evrim "önce ben" ya da hatta "yalnızca ben" tutumunu, bebeklerin yaşamda kalması için verilmiş en büyük söz yapmıştır (Hrdy, 1999).

İnsanların fiziksel ve duygusal olarak birbirlerine bağlı oldukları kavramı, eski bir kavramdır. Ancak, *bağlanma araştırmaları* olarak adlandırılabilecek çalışmalar, II. Dünya Savaşı'ndan sonra, İngiliz psikiyatrist John Bowlby'den yetim kalmış ya da başka türlü ailelerinden ve ana babalarından ayrılmış çocuklar üzerinde çalışmasının istenmesiyle başlamıştır. Bowlby uzun dönemler boyunca çocukları gözlemiş ve genel bir bağlanma kuramı geliştirmiştir (Bowlby, 1969, 1973, 1980). Bowlby bebeklerin birincil bakıcılarına bir bağlanma geliştirdiklerini; bu bağlanmadan da ilişkilerin gelecekte nasıl gelişeceğine ilişkin **içsel olarak işleyen modeller** ya da bilişsel ve duygusal şemalar geliştirdiklerini ileri sürmüştür. Bowlby'nin bu görüşünü bu kadar önemli yapan şey, erken gelişen ilişkisel bağların daha sonraki duygusal bağların gelişimini güçlü bir biçimde etkilediğini savunmasıdır.

Bowlby'nin çalışmalarını, *yabancı ortam* olarak adlandırılan deneysel yaklaşımı geliştiren Ainsworth'unkiler (ör., Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978) izlemiştir. Kısaca, bu ortam başka türlü hoş bir bağlamda (ör., çocuğun gereksinimlerini karşılamak için diğer bir yetişkinin de bulunduğu bir oyun odasında) çocuğun bakıcısından ayrılmasını içerir. Çocuğun davranışlarına ilişkin gözlemler bakıcı ayrılırken, bakıcının yokluğunda ve bakıcı tekrar geldiğinde yapılır. Bu deneyiminin bütün aşamalarındaki tepkileri temelinde çocuk **kaçınmacı, kaygılı** ya da **güvenli** bağlanmış olarak sınıflandırılabilir.

Güvenli olarak bağlanmış bir çocuk, bakıcısı odadan ayrıldığında altüst olur, kızar, üzülür ve oynamaya başlar. Daha sonra, yeniden bir araya geldiklerinde bakıcısını gördüğü için mutludur. Bakıcı çocuğun biraz uzaklaşıp dünyayı (ya da oyun odasını) araştırdığı bir *güvenli* üssü işlevi görür. Kaygılı bağlanmış bir çocuk da başlangıçta aynı üzüntüyü gösterir ya da aynı şekilde altüst olur fakat gerçekte hiç sakinleşmez. Çocuk bakıcısıyla tekrar bir araya geldiğinde bir iki yönlülük göstergesi olarak hem bakıcısına sarılır hem de direnç gösterir. Ayrıca, çevresini özgürce keşfetmekte isteksizdir. Kaçınmacı olarak bağlanmış bir çocuk ayrılık sırasında her zaman altüst olmaz ve tekrar bir araya geldiklerinde bakıcıyı kabul etmez. Kaçınmacı çocuk bir dereceye kadar bağlanma yaşantısından yalıtılmış görünür. Pek çok araştırma temelinde, orta sınıf Amerikalı çocukların yaklaşık üçte ikisi (%65) güvenli, geriye kalanlarsa kaygılı (%23) ve kaçınmacı (%12) olarak sınıflandırılabilir (Erber ve Erber, 2001).

Özgül bağlanma sınıflarının yalnızca Ainsworth ve arkadaşlarının bulgularından kestirmeler (tahmin) oldukları unutulmamalıdır ve bağlanma biçemleri sayısının üç mü, yoksa dört mü (ya da daha fazla mı) olduğu konusu tartışmalıdır (bk., 4.

Bölüm). Bağlanma araştırmalarının son derece önemli olmasına ve son on yılda hızla artmasına karşın, evrensel bir kavram olarak bağlanma, bir çocuk/bakıcı ilişkisi ya da 4. Bölüm'de açıklanacağı gibi, bir yetişkin romantik ilişki kuramı olarak bağlanmadan çok daha kapsamlıdır. Bağlanma biçemlerinin dağılımı kültürel olarak değişkenlik gösterebilir. Bu nedenle örneğin, gerçek bebek/anne bağı hemen hemen evrensel olmakla birlikte, bu bağın tam olarak ifadesi bebeklerce ulaşılabilir bakıcı seçeneklerine, kültüre ve içinde ifade edildiği tarihsel döneme bağlıdır. Ayrıca bağlanma biçemleri yeni ve farklı ilişki deneyimleriyle zamanla değişebilir (Feeney, Noller ve Roberts, 2000). Ek olarak, ait olma denencesi bağlanma kuramından daha kapsamlıdır; bebek/bakıcı ve yetişkin romantik ilişkilerinin ötesine geçerek kapsayıcı ve evrensel bir ait olma gereksinimi üzerine odaklanır (Baumeister ve Leary, 1995).

Toplumsal bağlar geliştirme gereksinimi güçlüyse, bu bağların kaybı da eşit düzeyde güçlüdür.

Bağlanmaların Kaybı

Baumeister ve Leary'nin (1995) ait olma önermesinin içerdiği kavramlar arasında ait olmanın sonuçlarının anlaşılması kadar, ait *olmamanın* da anlaşılmasının önemli olduğu düşüncesi de vardır. Bilişsel etmenler önemlidir ve duygusal etmenler daha da önemli olabilir. Baumeister ve Leary'ye göre, ait olma denencesinin "temel duygusal doğurgusu, bir kişinin ait olma konumundaki gerçek, olası ya da imgesel değişikliklerin duygusal tepkilere yol açması ve ait olmada artışların olumlu, azalmalarınsa olumsuz duygulara neden olmasıdır" (s. 505).

Mutlulukla ilgili araştırmaların sonuçları bu denence ile tutarlıdır. Mutluluk hakkında yazarken, Myers (2000) "insanların büyük çoğunluğunun bağlandıklarında bağlanmadıklarında olduğundan daha mutlu olduklarını" gösteren pek çok kanıta gönderme yapmaktadır (s. 62). Bu bağlanma; aile bağları, arkadaşlık bağları ya da romantik bağlar biçiminde olabilir. Evli kişiler evlilikleri, mutlu bir evlilik olduğu sürece, hem hiç evlenmemiş hem de boşanmış kişilerden daha mutlu olduklarını belirtmektedir. Örneklemi alınan bütün gruplar içinde en az mutluluk belirtenler, mutsuz evlilikleri olan kişilerdir. Ayrıca, evliliklerde insanların çoğunluğunun yakın arkadaşları vardır; öyle ki, her dört evli Amerikalıdan üçü, eşlerini en yakın arkadaşları olarak betimlemektedir (Myers, 2000). Mutlulukla evli olma arasındaki ilişki, bütün ülke ve kültürlerde geçerlidir (Stack ve Eshleman, 1998). Olumlu bağlanma ayrıca, ruh sağlığı ve dayanıklılık gibi kişilik özellikleriyle de ilişkilidir (Neria, Guttmann-Steinmetz, Koenen, Levinovsky, Zakin ve Dekel, 2001).

Shannon açık çatışmaların olmadığı bir ailede büyüdü. Ona annesiyle ve babası hiç anlaşmazlığa düşmez görünüyordu ve erkek kardeşiyle tartışmasına hiç izin verilmiyordu. Shannon şimdi evden uzakta üniversitedeydi. Eğer olumsuz bir duygu açığa vurursa arkadaşlarını yabancılaştıracağı korkusuyla, duygularını bastırıyordu. Ciddi bir tek romantik ilişkisi olmuştu, ancak erkek arkadaşı onu bırakmıştı. Bu terk edilme nedeniyle hâlâ yaralı ve kızgındı fakat bu konuyu kimseyle konuşmadı. Kendisini çok çökkün hissediyordu.

■ ■ ■

Ait olma daha büyük mutluluk ve gizilgüç olarak daha iyi sağlıkla, toplumsal bağların kaybı ise hem fiziksel hem de duygusal sağlıkta gerilemelerle ilişkilidir. Toplumsal bağlar ister arkadaşlığın bozulması ister sevdiğimiz birinin ölümü ya da boşanma sonucu partnerin kaybı nedeniyle kopsun, kaygı artmak ve fiziksel sağlık kötüleşmek eğilimindedir (Baumeister ve Leary, 1995; Myers, 2000). Myers'in de belirttiği gibi, "toplumsal bağlarımız tehdit edilir ya da koparsa, olumsuz duygular bizi altüst edebilir ya da hatta ezebilir." Sürgün, tutukluluk ve hücre cezası şiddeti giderek artan cezalandırma biçimleridir (s. 62). Örneğin, birçok tutuklu için en büyük kaygı kaynaklarından biri, yakın ilişkilerin kaybedilmesidir. Gerçekte, boşanma ya da ölüm yoluyla ilişki kaybı, intihar için temel bir risk etmenidir (Correia, 2000).

İlişkisel ait olma kaybı tehlikesini yaşamak için tutukevine gitmeye gerek yoktur. Kabul edilemez davranışı nedeniyle bir süre dışlanmış her çocuk; kısıtlılık nedeniyle arkadaşlarıyla dışarı çıkamayan bir ergen ya da ilişkisel partneri tarafından terk edilmiş bir yetişkin, sevilen birinden ayrılmanın acısını bilir. Bu nedenle, öyle görünüyor ki ait olma sevinci yanında yalıtılmışlığın üzüntüsü, insanın insanla bağının çok büyük önemini vurgulamaktadır.

Baumeister ve Leary (1995), ait olma denencesini desteklerken, hem olumlu ilişkilerin hem de tutarlı etkileşimin önemli olması nedeniyle, bireysel olarak bu iki nitelikten birine sahip olan ilişkilerin her ikisine de sahip olan ilişkiler kadar tam olamayacağına işaret etmektedirler. İlişkileri olup da etkileşimleri olmayan insanlar arasında tutuklular, sevdiklerinden ayrılmış olanlar, vasi olmayan, bir araya gelmeleri büyük ölçüde kısıtlanmış ana babalar ve çocukları, bir yıla kadar ayrı kalabilen asker aileleri, ayrı oturup birbirlerine gidip gelenler de içinde olmak üzere birbirinden uzakta yaşayan partnerler sayılabilir. Bu ilişkilerin bazıları yakın ilişkiler kadar doyurucu olabilir; ancak azalan etkileşim fırsatları bir stres kaynağı işlevi görme eğilimindedir (Baumeister ve Leary, 1995).

Bu ilişkilerin ayna görüntüleri, süregiden ilişkileri içeren fakat olumlu bağlantılılık içermeyen ilişkilerdir. Çatışmalı aile ortamları ya da mutsuz evlilikler gerekli olumlu duygusal bağlanması eksik ilişkilere örnekler arasında sayılabilir. Bir kişinin sık sık gördüğü birisiyle aşk ilişkisinin olması, ülkenin öteki ucunda yaşayan ya da artık yakın hissetmediği birisiyle sık etkileşimden daha doyurucu olacaktır.

Ayrıca, Baumeister ve Leary'nin (1995) görüşlerinin diğer iki yönü de vurgulanmalıdır. İlk olarak ilişkiler iyi bir şey bile olsa, iyi bir şeyin de fazlası fazladır. Bu nedenle, ait olma gereksinimleri bir dizi iyi ilişki ile doyurulduğunda, insanlar ek ilişkiler geliştirmeye daha az güdülenmek eğilimindedir. İkinci olarak, şu ya da bu nedenle yakın bir ilişkilerini kaybettiklerinde, bazen bu ilişkinin yeri benzer bir başka ilişki ile doldurulabilir. Ait olma gereksinimi güçlü bir güdüleyicidir. Sonuçta, Baumeister ve Leary'ye göre "kişilerarası bağlanma arzusu insan doğasının anlaşılmasında hâlen yararlanılabilecek en kapsamlı ve bütünleyici yapılardan biri olabilir"(s. 522). Ait olmaya gereksinimiyle ilgili kendi deneyimlerinizi gözden geçirirken size yardımcı olmak üzere 8. sayfada verilen Ayraç Kutusu'ndaki soruları kullanınız.

Ayraç Kutusu

İlişkileriniz Üzerinde Düşününüz

Aşağıdaki soruları olabildiğince eksiksiz olarak yanıtlayınız.

- Ailenizde bir ait olma duygusu yaşıyor musunuz? Bu nasıl bir duygu?
- Hiç, sizinle partneriniz ya da kardeşleriniz arasında bir uzaklık hissettiniz mi? Bu nasıl bir duygu?
- Ailenizin dışında bir gruba ait olmayla ilgili en eski anınız nedir? Bu grubun bir parçası olarak nasıl hissetmiştiniz?
- En yakın ilk arkadaşınız kimdi? Bu kişi hakkında nasıl hissetmiştiniz?
- Hiç, bir arkadaşınız ya da ilişki partneriniz tarafından reddedildiniz mi? Bu durumda nasıl hissetmiştiniz?
- Bir parçası olmayı istediğiniz bir grup tarafından hiç dışlandınız mı? Nasıl hissetmiştiniz?
- Bir başkasını reddettiğiniz oldu mu? Nasıl hissetmiştiniz? Reddedilen kişi size göre nasıl hissetmiş olabilir?
- Şu anda yaşamınızda size en yakın olan kişi kimdir? Bu kişiyle olan ilişkinizi üç sözcük kullanarak tanımlayınız.

Aşağıdaki ölçeği kullanarak, yakın ilişkiler ağınızdaki insanlarla ilişkilerinizin genel olarak nasıl olduğunu en iyi gösteren sayıyı daire içine alın.

1	2	3	4	5	6	7
çok uzak	oldukça uzak	biraz uzak	nötr (ne yakın ne uzak)	yakın sayılır	oldukça yakın	çok yakın

Yalnızlık

Ait olmanın bir yönü, ait olma *duygusunu* içerir ve bir kişi kendisini yalnız hissettiğinde bu duygu eksik olabilir. Yalnızlık kişilerarası ilişkilerde ya gerçek ya da algılanan bir eksikliği içerebilir ve her zaman bir kişinin sahip olduğu toplumsal bağların sayısı ile ilişkili olmayabilir. Bir kişinin yakın bir romantik ilişki içinde olup olmaması ya da bu tür bir ilişkiyi kaybedip etmemesiyle doğrudan ilişkili olabilir de olmayabilir de. Bir kişi yalnızca birkaç ilişkiye sahip olabilir, ancak yine de duygusal olarak doyumlu olabilir. Buna karşılık, bir başkası çok sayıda ilişkiye sahip olabilir, fakat hâlâ yalnızlık yaşayabilir.

Mikulincer ve Segal (1990), yalnızlık duygularının dört farklı alt türünü önermişlerdir. (a) *depresif yalnızlık* (bu sevilen birisi için özlem duymayı içerebilir), (b) *duygusal yalıtılmışlık* (reddedilmiş hissetme), (c) *kendine saygı yalnızlığı* (özünde "korku, utanma ve yabancılaşma" [s. 224] vardır) ve (d) *toplumsal yabancılaşma* (toplumsal bağların olmaması). Bu sınıflandırma temelinde, farklı olayların farklı yalnızlık türlerine yol açtığı kolayca görülebilir. Örneğin, iş kaybı kendine saygı yalnızlığıyla sonuçlanabilirken, partner kaybı depresif yalnızlıkla sonuçlanabilir. Yeni bir yere taşınma toplumsal yabancılaşmanın habercisi olabilir. Bazı insanlar için yalnızlık durumsaldır ve koşullara bağlı olarak yaşam boyunca belirli aralıklarla yaşanabilir. İlginç bir biçimde, daha ileri yaştakilerle karşılaştırıldığında, yalnızlık ergenler ve genç yetişkinler arasında daha yaygın olarak yaşanmaktadır (Rubenstein ve Shaver, 1982).

Natalie ve kocası Jack yaklaşık bir yıldır evlidirler. Natalie Jack'i sevmektedir, ancak ne zaman bir şey hakkında anlaşamazlığa düşseler, Jack ona bağırmaya ve hakaret etmeye başlamaktadır. Natalie evlenmeden önce onun kötü bir duygu durumunun olduğunu biliyordu, ancak evlendikten sonra, duygusal olarak kendisini daha güvenli hissedeceğini ve duygu durumun da düzeleceğini düşünmüştü. Yanılmıştı! Natalie onu seviyor, fakat mutsuzluğu gittikçe artıyordu.

■ ■ ■

Buna karşılık, bazı insanlar için yalnızlık koşullar ne olursa olsun süreklidir. Kendilerini sürekli olarak yalnız hisseden kişiler bir dizi depresif ve depresyon ilişkili durumu yaşayabilir (Myers, 2002). Ayrıca böyle kişiler diğerleri tarafından daha olumsuz olarak yargılanır ve kendileri de diğerlerine ilişkin yargılarında daha olumsuz olabilirler (Jones, Sansone ve Helm, 1983). Daha iyi etkileşim becerileri öğrenme (daha etkili dinleme gibi) ve kişinin toplumsal ilişkilerinin artırılması (ör., gönüllü çalışmalar yoluyla) gibi sağaltım yöntemleri, sürekli yalnızlığı azaltmada insanlara yardımcı olabilir (Jones, Hansson ve Cutrona, 1984). Ancak, *yalnızlıkla* ait olma arasındaki ilişki düşük olabilirken; *ait olma gereksiniminin* çok daha geniş bir kavram olduğunu unutmamakta yarar vardır. Eğer insanların temel bir ait olma gereksinimleri olmasaydı, bildiğimiz kadarıyla yalnızlık da olmayacaktı.

Çağdaş ilişkiler

Bu kitabın temel varsayımına göre, insanların birbirlerine bağlanma yönünde temel bir gereksinimleri vardır ve bu bağlar (*ilişki* adı verilir) araştırmacılar için önemlidir. Buna karşın, günümüzde ilişkilere bakılırken ek bazı fikirler üzerinde de durulmalıdır. Üzerinde durulması gereken ilk şey, *bağlamdır:* hem yakın bağlam hem de daha geniş toplumsal bağlam. Birçoğumuz telaşlı ve karmaşık bir dünyada yaşarız; bu nedenle, yaşamlarımızın bağlamı karmaşıktır. Teknolojik olarak gelişmiş ülkelerde yaşayanlarımız için çağdaş kolaylıklar ve işgücünden tasarruf ettirici aletler kendimiz ve birbirimiz için daha fazla zaman ayırma özgürlüğü sağlıyor görünmemektedir. Elektronik posta, telesekreterler, faks, cep telefonları ve bilgisayarda dolaşma gerçekte bizler için daha özgürleştirici olmaktan çok, daha az özgürleştirici

Graciela ve Luis üniversiteyi bitirmeye çalışıyorlardı ve 2 yaşındaki kızları Lourdes'le birlikte yaşıyorlardı. Çok genç evlenmişlerdi ve birbirlerini (ve Lourdes) çok seviyorlardı. Ancak, yaşam kolay değildi. Laurdes'e bakma, üniversiteye gitme ve kendi kendilerini desteklemek için çalışma, birbirleri için hemen hiç zaman bırakmıyordu. Kavga etmiyorlar, ancak konuşmuyorlardı da. Bazen oda arkadaşları olmaktan daha fazla bir şey olmadıklarını hissediyorlardı.

■ ■ ■

olabilir. Zaman zaman geçmişte yaşanmış aynı türden yalın ilişkilere sahip olabileceğimizi düşünerek "o eski güzel günlerin yalınlığını" arzulayabiliriz. İnsanlar geçmişte yalın bir biçimde tanışıyor, aşık oluyor, evleniyor ve sonuna kadar mutlu yaşıyorlarmış gibi görünmektedirler. Fakat geçmişin yalınlığı bir efsanedir (Coontz, 1992). Yaşam *hiçbir zaman* o kadar kolay olmamıştır. Gerçekte, çağdaş dünyamız bize karmaşık bir olumlular ve olumsuzlar bağlamı sunmaktadır. Bunlar içinde tıpsal ilerlemeler, eğitimsel fırsatlar ve sık sık aslında uygunsuz olup yerine göre bize uygun gelen durumlar ve zamanımızı tüketen işgücü tasarrufu sağlayıcı araç ve gereçleri sayabiliriz. Bu nedenle, geçmişteki ilişkiler bağlamıyla karşılaştırıldığında, günümüzdeki ilişkiler bağlamı, bazı açılardan daha yalın ve bazı açılardan da daha karmaşık olabilir.

Çağdaş ilişkilerin ikinci yönü, çeşitlilik *ya da farklılıklarıdır*. İlişkiler tıpkı insanlar gibi farklı renklerde ve büyüklüklerde gelir. Bu, anımsanması gereken bir gerçektir. Yakın geçmişte bir lisans ilişkiler dersi sınıfında öğrenciler ne tür ailelerde büyüdükleri hakkında konuştu ve betimlemeler büyük ölçüde değişiyordu. Kuşkusuz, bazı öğrenciler iki ana babalı evlerde büyümüşlerdi; böyle ailelerde anne evde oturuyor, baba evin dışında çalışıyordu. Fakat öğrencilerin konuşmalarında ayrıca şunlar da geçiyordu: ana baba boşandıktan sonra çocuğun annesiyle büyüdüğü ve babanın birkaç evlilik geçirdiği aileler; babanın evin dışında çalıştığı, annenin evde oturup çocukları büyüttüğü fakat ev işlerinin bir temizlikçi tarafından yapıldığı aileler; ana baba ev dışında çalıştığı için ev işlerinin çocuklar tarafından yapıldığı aileler; ana babanın ev temelli işlerinin olduğu ve dolayısıyla evde çalıştıkları, ana babalığı, ev işlerini, iş görevlerini paylaştıkları aileler ve son olarak büyük ana babaların ana baba olarak işlev gördükleri diğer bir aile türü. Fakültede o bir tek sınıfta her çeşit, biçim ve büyüklükte aile temsil ediliyordu. Tek bir büyüklük açıkça bütün aileler için uygun değildi.

İlişkiler ayrıca ırksal, etnik, cinsel yönelime ilişkin, yaşla ilgili ve dinsel çeşitlilik gösterir. Bir dereceye kadar her ilişkinin kültürlerarası olduğu söylenebilir, çünkü hiçbir iki insan tam olarak aynı deneyim ve beklentilerle büyümemiştir. Bir örnek olarak beyaz, karşıtcinsel, orta sınıftan üniversite öğrencisi ve aynı sayıda çocuğu olan, ülkenin aynı bölgesinde yaşayan ve aynı dinden ailelerden gelen bir çifti alalım. Bu ilişkisel partnerler, hâlâ zaman zaman farklı kültürleri temsil eder görünen farklılıklar göstereceklerdir. Pazar günleri kiliseye giden bir aileden gelen erkek, her akşam yemeği ailesiyle birlikte yer ve çok az olumsuz duygu açığa vurur. Kadın ise kiliseye ara sıra giden bir aileden gelmiştir; yemeği çok seyrek olarak ailesiyle birlikte yer ve olumlu ya da olumsuz bütün duygularını açığa vurur. Bu, kültürel bir çatışma olabilir mi? Evet!

Bu kitapta tartışılan ilişki yazınının çoğu Avrupalı Amerikalı karşıtcinsel üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar üzerine temellenmekle birlikte, tartışılacak olan dinamiklerin birçoğu, gevşek bir biçimde de olsa, diğer insan gruplarına da genellenebilir. Eğer ilişkiler evrimsel kalıtımımızın bir parçasıysa, o zaman ilişki özellik ve süreçlerinin kültürler ve ırklararasında hemen hemen evrensel olmasını beklemeliyiz.

İlişkilerin son bir yönü de onlar hakkında sahip olduğumuz *bilgi* düzeyidir. İlişkilerin önemli olduğu ve insanları büyülediği bir zamanda yaşıyoruz. Kitaplar, filmler ve TV konuşma programları ve dergiler, tümü insanların yakın ilişkilere verdikleri önemin bir göstergesidir: istedikleri, sahip oldukları ve kaybettikleri ilişkiler. Geçmişte, insanların büyük çoğunluğu ilişkilerini bu kadar yakından incelemiyorlardı, ancak bugün bazen ilişkilerle takıntı derecesinde ilgileniyoruz. İlişkiler hakkındaki bilgilerimizin bizi onlar hakkında daha bilge kılıp kılmadığı açık değildir, ancak yine de bilgi ilişkileri iyileştirmede bir anahtardır.

İlişki bilgisi, kitle iletişim araçları yoluyla iletilir, fakat ayrıca çok geniş olarak özgül alan ya da konu alanlarıyla ilgili el kitaplarını da içeren değişik bir dizi kitap yoluyla da iletilir (ör., Andersen ve Guerrero, 1998; Duck, 1997; C. Hendrick ve S. S. Hendrick, 2000). Ancak ilişki bilgisinin üstüne kurulduğu temel, ilişkiler üzerine gerçek araştırmalardır. Özgül araştırma yaklaşımları bir sonraki bölümde tartışılmıştır.

Araştırma Yöntemleri

Eğer ilişkilerle ilgili çağdaş bilgilerin ölçüsü, hiç olmadığı kadar büyükse, bu bilgiler nasıl kazanılmıştır? İlişkiler hakkında daha fazla bilgi edinmeye çalışırken, bunu nasıl yapıyoruz? İlk olarak, kullanacağımız yöntemleri etkileyeceği için sorduğumuz bu sorular üzerinde durmak önemlidir (Duck ve Montgomery, 1991). İki ya da daha fazla kavram ya da davranış (genellikle *değişken* adı verilir) arasındaki ilişkiler hakkında kestirme ya da denencelerimiz olabilir. Örneğin yakınlığın doyumu, doyumun da yakınlığı etkilediğine ya da günlük yaşamda sık görüldüğü gibi, doyumun ve yakınlığın birbirlerini etkilediklerine inanabiliriz. Ya da kardeşler arasındaki ilişkiler gibi, görece az çalışılmış ilişkileri merak edebiliriz. Bu ilişkiler hakkında ne bulabileceğimize ilişkin ön düşünce ya da kestirmelerimiz olmaksızın, sorular sormak isteyebiliriz.

Terrance ve kız arkadaşı Latrice birlikte yaşamakta ve üniversiteyi bitirdiklerinde evlenmeyi planlamaktadırlar. Terrance geçimini sağlamak için hemen hemen tam gün çalışmaktadır. İşyerindeki kızlardan biri Brandi, onu danışman ve bir arkadaş olarak arayıp buldu. Terrance için destekleyici olmak bir sorun değildi ve danışman rolü hoşuna gidiyordu. Fakat, Latrica onun Brandi'yle ilişkisini kıskanmaya başladı.

■ ■ ■

Yakın ilişkilerde ve daha genel olarak toplumsal bilimlerde kullanılan araştırma yöntemlerinin ayrıntı-

lı bir tartışması, bu bölümün kapsamı dışında olmakla birlikte, yeni ilişki bilgileri edinmede kullanılan daha yaygın tekniklerden birkaçını kısaca tartışacağız. Bu yöntemlerle ilgili daha ayrıntılı açıklamalar bu bölümün sonunda verilen Önerilen Okuma Kaynakları'nda bulunabilir (Allen ve Walker, 2000; Harvey, Hendrick ve Tucker, 1988).

Katılımcı Bildirimi Yaklaşımları

İlişkiler hakkında bilgi edinmede en yaygın yöntem, **katılımcı bildirimidir** (Harvey ve ark., 1998). Bu yöntemle insanlardan kendileri ve ilişkileri hakkında bilgi vermeleri istenir. Katılımcı bildirimi yöntemleri, kişisel anlatmaları, davranış kayıtlarını, görüşmeleri ve anketleri içerir.

Anketler ucuz, uygulaması kolay ve uzunluğu değişebilen bilgi toplama araçlarıdır. Dahası, birçok bilginin elde edilmesini sağlayabilir; böylece uzun bir ankette katılımcının aile öz geçmişi, şimdiki romantik ilişkisi (ör., aşk, açılma, doyum, cinsel tutumlar) ve kişilik özellikleri (ör., kaygı, depresyon, dışadönüklük, kusursuluk-çuluk) hakkında sorular sorulabilir. Belirli sayıda insandan görece kolay ve etkili bir biçimde pek çok bilgi toplanabilir. Bu kitap boyunca Ayraç Kutuları'nda verilen ölçeklerin çoğu, yakın ilişkiler üzerine araştırmalarda kullanılmak için özgül olarak tasarlanmıştır.

Bilgi toplamada geleneksel yaklaşımlardan biri, *görüşmeler* yapmaktır. Etkili görüşmecilerin yaptığı iyi yapılandırılmış görüşmeler, katılımcılardan özellikle doğru yanıtların elde edilmesini sağlayabilir. Görüşmeler, zaman alıcı ve pahalı olmakla birlikte zengin ve yüksek düzeyde betimleyici bilgi sağlayabilir. Bütün sorular önceden ayrıntılandırılarak, görüşmeler büyük ölçüde yapılandırılmış olabilir. Ya da temel sorular ve yanıtlayıcılar için görüşlerini ayrıntılandırmak üzere bolca hareket alanı bırakılarak daha az yapılandırılmış olabilir. Genellikle evli çiftlerle kullanılan ilginç görüşme biçimlerinden birinde, katılımcılar ilişkide evlilik yönünde ilerlemelerini olumlu ya da olumsuz olarak etkileyen dönüm noktalarını ya da anahtar olayları belirtirler. Daha sonra bu olaylar ilişkinin gelişiminin gerçekten görselleştirilebileceği biçimde bir zaman çizgisi üzerinde işaretlenir ve bir grafik üzerinde gösterilir (Fitzgerald ve Surra, 1981; Surra ve Hughes, 1997).

Rani yıkıldı. Bir yıldan fazla bir süredir birlikte olduğu kız arkadaşı onu bırakmıştı. Kız arkadaşı, bir başkasıyla tanıştığını ve artık Rani'yi sevmediğini söyledi ve gitti. Rani arkadaşlarından birkaçıyla konuştu ve onu unut, bir başkasını bul dediler. Fakat, Rani onu düşünmeden edemiyordu. Hatta onu görme umuduyla arabasıyla apartmanına gidip arabasını yolun karşısına park ediyordu. Rani kilo kaybediyordu ve uyumada sıkıntıları vardı.

■ ■ ■

Diğer kendi bildirimi yaklaşımları da ilişki araştırmalarında yaygınlık kazanmaktadır. *Davranışsal kayıtlar* katılımcılara deneyimlerini bir tür günlükte kaydettirmeyi içerir; örneğin, günün belirli bir zamanında (ör., sabah ve akşam), belirli olaylar olduğunda (ör., çift tartıştığında) ya da araştırmacı tarafından iletişim kurulduğunda (çaldırma, çağrı cihazı ya da telefon yoluyla). Bir yaklaşım, Rochester Etkile-

şim Kayıdı, insanlara belirli türden toplumsal etkileşimlerini bir ya da iki hafta için kaydettirir (Nezlek, Wheeler ve Reis, 1983).

Son olarak, insanların ilişki olay ya da süreçlerine ilişkin olarak anlattıkları ya da *kişisel anlatıları* da zengin bilgi içerir (Harvey, Weber ve Orbuch, 1990). Bireylerin kişisel öykülerinden sonuçlar çıkarılabilir ya da ilişki partnerleri ya da aile üyeleri belirli açıklamalar verebilir ve bunlardan da belirli sonuçlar türetilebilir. Öykü ya da anlatım yaklaşımları araştırmacı ve katılımcıların işi birlikte yaratmalarına izin verir ve açıklamalar getirme süreci katılımcı için sağaltıcı bile olabilir (Harvey ve ark., 1990; Pennebaker, 1990).

Sophia ve Marco yaklaşık iki yıldır romantik bir ilişki yaşıyorlardı, fakat Sophia'nın kafasından artık bu ilişkiyi bitirseler mi düşüncesi geçiyordu. Sophia'nın onu sevdiği ve hiçbir zaman aldatmayacağı konusunda güvence vermiş olmasına karşın, Marco aşırı derecede kıskançtı. Sophia'nın görüştüğü herkesin, yaptığı her şeyin izini sürüyordu ve bu durum gittikçe iyileşmek yerine daha kötüye gidiyordu. Marco fiziksel olarak Sophia'yı hiç incitmedi, fakat yine de Sophia bazen ondan korkuyordu.

■ ■ ■

Ancak, anketlerin ve diğer kendi bildirimi yaklaşımlarının istenmeyen yönleri de vardır. Katılımcıların tüm soruları anlayıp anlamadıklarını ve soruları benzer biçimlerde yorumlayıp yorumlamadıklarını, hatta soruları dürüst ve dikkatli bir biçimde yanıtlayıp yanıtlamadıklarını bilmek olanaksız değilse bile zordur. Diğer sorunlar insanların anlattıklarında düşündükleri kadar doğru olmamaları, soruların soruluş biçiminden etkilenmeleri (olumlu ya da olumsuz, anlatım biçimi) ve belki de bir anketi yanıtlarken sıkılmaları sayılabilir (Erber ve Erber, 2001).

Gözlemsel Yöntemler

Gözlem araştırmacıların yalın bir biçimde bir çifti ya da grubu doğal bir ortamda gözledikleri alan gözlemini içerebilir. Fakat ilişki araştırmalarının büyük çoğunluğu sistematik olarak laboratuvarda yapılır. Gözlemsel yöntemlerin bir türünde ilişki partnerlerinden her biri bir masanın iki ucuna oturtulur ve genellikle bir ilişki sorunu hakkında sırayla konuşurlar (Bradbury ve Fincham, 1989). Partnerler kendi iletişimlerinin niyetini olduğu kadar birbirlerinin iletişimlerinin etkilerini de değerlendirirler ve ayrıca kendileri gözlemciler tarafından da değerlendirilirler. Katılımcı bildirimleri ve diğer davranışsal değerlendirmeler ayrıca masada tartışma yaklaşımıyla birlikte de kullanılabilir.

Bazı araştırmacılar katılımcıları tek yönlü ayna arkasından gözlerler, fakat çoğu gözlem video kaydı yoluyla yapılır. Örneğin; bir çift, olası bir çatışmayla ilgili olarak tartışırken videoya kaydedilebilir ve video bandı daha sonra özgül iletişim ve diğer ilişkisel sorunlar için kodlanır. Ayrıca araştırmanın bir terapi bileşeni de varsa, video çifte gösterilebilir ve böylece onlar gerçekte çatışmayla nasıl başa çıktıklarını görebilirler. Ayrıca böyle bir film gerçekte binlerce sözcük değerinde olabilir.

Ickes ve arkadaşları (ör., Ickes ve Barnes, 1978; Ickes, Bissonnette, Garcia ve Stinson, 1990) ikili bir etkileşim düzenlemesi kullanmaktadırlar. Bu düzenlemede

Kevin kısa bir süre önce liseden mezun olmuş ve üniversiteye başlamıştı. Çok az arkadaşı vardı, fakat her nasılsa onların arasına uymadığını hissediyordu. Üniversite yerleşkesinde etkin bir eşcinsel kadın/eşcinsel erkek/çift cinsiyetli/dönme öğrenci grubu vardı ve Kevin onların toplantılarına katılmayı düşünüyordu. Uzun zamandır bir eşcinsel olup olmadığını merak ediyordu ve belki bu soruyu yanıtlamanın zamanıdır diye düşünüyordu.

■ ■ ■

birey çiftlerini banda kaydetmek için video donanımı ve uzmanlaşmış bilgisayar programları kullanılır. Çiftlerin, laboratuvar dışında, sözde araştırma çalışmasının başlamasını beklerkenki kısa, yapılandırılmamış etkileşimleri kaydedilir. Daha sonra, katılımcılardan (arkadaşlar, romantik partnerler ya da hatta yabancılar olabilirler) videoyu seyretmeleri ve diğer kişiyle etkileşimlerinin belirli noktalarından anımsadıkları duygu ve düşüncelerini belirtmeleri istenir. Böylece bu yaklaşım gözlemi, katılımcı bildirimi ve kendini çözümlemeyle birleştirir.

Gözlemsel olarak düşünülebilecek diğer bir yaklaşım da bağışıklık sistemi tepkisi gibi, fizyolojik uyarılma ve diğer fiziksel olguları değerlendiren araştırmalardır. Bu tür araştırmalar önemli ölçüde donanımı içerir ve sıklıkla kadınların ve erkeklerin ilişki çatışmasına tepkilerinin daha iyi anlaşılması amacıyla kullanılır (ör., Gottman ve Levenson, 1988; Kiecolt- Glaser, Newton, Cacioppo, MacCallum, Glaser ve Malarkey, 1996).

Gözlemsel yöntemlerin küçümsenemeyecek ölçüde bir doğruluk sağlama üstünlüğü vardır fakat büyük bir işgücü gerektirmek gibi bir olumsuz yönleri de vardır. Ek olarak, laboratuvarda gözlenen davranışın (ya da kodlamanın) günlük yaşama ne ölçüde genellenebileceği de her zaman açık değildir.

Arşivsel Yöntemler

Arşivsel yöntemler, belirli araştırma sorularının yanıtlanması amacıyla önceden var olan bilgileri kullanır. Nüfus sayımı verileri, hastane kayıtları, Ulusal Sağlık ve Toplumsal Yaşam Taramalarından (USTYT) geniş ölçekli veri takımları, nicel arşivsel bilgi örnekleridir. Arşivsel araştırmacı için kişisel mektuplar ve günlükler diğer, daha anlatımsal bilgi kaynaklarıdır. Bu tür bilgiler, değişik biçimlerde çözümlenir. Arşivsel yöntemlerin belirgin bir üstünlüğü, katılımcı bulma zorunluluğunu ortadan kaldırmalarıdır. Olumsuz bir yönü ise araştırmacının topladığı bilginin niteliği üzerinde bir kontrolünün olmamasıdır.

Deneysel Yöntemler

Deneysel yöntemler genellikle yapılandırılmış ortamlarda uygulanır ve katılımcılardan bazılarına bir görev vermeyi ya da onları bir yaşantıdan (*işlem*) geçirmeyi içerir fakat, diğerlerine böyle bir görev verilmez ya da onlar böyle bir yaşantıdan geçirilmezler. Örneğin, araştırmacının hâlen tümünün romantik birer ilişkisi olan iki grup katılımcısı olabilir. Bir gruptan yakın bir geçmişte yaşadıkları ilişki çatışmaları hakkında bir makale yazmaları; diğer gruptan da en son tatillerinde partnerleriyle yaptıklarına ilişkin bir makale yazmaları istenebilir. Sonra, gruplar ilişkilerindeki çatışma ve diğer nitelikleri (ör., aşk) değerlendiren tarama anketlerini doldurur.

Araştırma sorusu, özgül çatışma olayları hakkında, dikkatle düşünüp yazmalarını sağlamanın, insanların tartışmaya ve diğer ilişki niteliklerine yönelik daha genel tutumlarını etkileyip etkilemediğidir. Eğer katılımcılar seçkisiz (rastlantısal) olarak iki gruba ayrılmışlarsa ve yazılan makalenin konusu dışında aynı işlemi görmüşlerse, o zaman gruplararasında diğer ölçümler açısından herhangi bir farklılık makale yazma alıştırmasına yüklenebilir.

Deneysel yöntem toplumsal bilimlerde yaygın olarak kullanılır, çünkü bu yöntem toplanan bilgilerin karmaşık çözümlemesi üzerinde olduğu kadar araştırma süreci üzerinde de oldukça büyük bir kontrol sağlar (Kashy ve Levesque, 2000). Ancak, deneyle ilgili bir güçlük laboratuvarda araştırılamayan pek çok gerçek dünya sorununun olmasıdır.

Ek Konular

Bu alt bölümün başında da belirtildiği gibi, araştırma yönteminin seçimi sorulacak soru türünden etkilenir. Ayrıca yöntem seçimi *araştırmacıya* da bağlı olabilir. Bazı araştırmacılar daha kontrollü ve kestirilebilir araştırma durumlarını tercih ederler; deney eğilimli olabilirler. Diğer araştırmacılar araştırmayı, araştırmacı ve katılımcı arasında işbirliğine dayalı bir girişim olarak görebilirler (Allen ve Walker, 2000). Yapılandırılmamış görüşmeleri, yazılı anlatımları vb. içeren nitel yöntemlere eğilimli olabilirler.

Hangi yaklaşımı benimserlerse benimsesinler, ilişki araştırmacıları özellikle yakın ilişkilerde, kişilerle çalışma konusunda ahlaksal sorunlara duyarlı olmalıdır. Rubin ve Mitchell (1976), araştırmacıların kullandıkları yöntemler, ortaya attıkları konular ve sordukları sorularla insanları ve ilişkilerini etkileyebileceklerine işaret etmektedirler.

Örneğin; eğer çıkan bir çift aşk, iletişim, bağlanma vb. ile ilgili sorular soran bir anketi doldurmalarını gerektiren bir araştırmaya katılırsa, partnerler bu konular hakkında daha derinden düşünmeye ve hatta birbirleriyle bu konularda konuşmaya başlayabilir. Böyle bir süreç, çiftleri evliliğe yönlendirebilir ya da evlilikten vazgeçmelerinde etkili olarak ilişkisel bir dönüm noktasıyla sonuçlanabilir (Surra ve Hughes, 1997). Diğer bir örnek olarak, çiftler arası çatışmalarla ilgili bir araştırmaya katılan evli bir çifti düşünün. Değişik araştırma görevleri (ör., çatışmayla nasıl başa çıktıklarıyla ilgili bir görüşme, çatışmalı bir konu hakkında bir tartıştırmaya girme) bu çiftin laboratuvar dışındaki gerçek çatışmalarını artırır mı, yoksa azaltır mı?

Bu nedenle, araştırmacılar olası katılımcıları, izlenecek süreçler ve katılımın olası etkilerinden hiç değilse bazıları hakkında tam olarak bilgilendirmelidirler. Ayrıca araştırmacılar, katılımcılarla çalışırken kişilerarası ilişkilerde becerili olmalıdır-

Julia 60'larının ortalarındadır ve yaklaşık bir yıl önce kanserden eşini kaybetmiştir. Yakın geçmişte bazı arkadaşları onunla yaklaşık kendi yaşlarında boşanmış bir adam olan Hal'in arasını yaptılar. Anında kaynaştılar ve karşılaştıklarından beri düzenli olarak çıkıyorlar. Şu aralar, evlenme üzerinde konuşmaktadırlar. Yetişkin çocukları endişelidirler ve onlardan beklemelerini istemektedirler, ancak Julia ve Hal çocuklarını dinlemek yanlısı değildirler.

■ ■ ■

lar. "Araştırma ne zaman katılımcıların yaşantılarının önemli bir alanına dokunsa, araştırma süreciyle danışmanlık birleşme eğilimindedir." (Rubin ve Mitchell, 1976, s. 25).

Özet ve Sonuçlar

İlişkiler insanlara bazen en büyük hazzı, bazen de en büyük acıyı yaşatabilir. İnsanların, bir *ait olma* yani, yakın kişisel ilişkiler içinde başkalarına bağlanma ya da bağlı olma gereksinimlerinin olduğu ileri sürülmektedir. Tümüyle doyurucu olabilmek için böyle ilişkiler, sık ve duygusal olarak hoş etkileşimleri içermeli ve zaman içinde kararlı olmalıdır. Ait olma gereksiniminin bir yönü, toplumsal bağlar kurma güdüsüdür. Bebekler doğumdan başlayarak bakıcılarıyla toplumsal bağlar geliştirir ve gerçekten bakıcılarla etkileşim, bebek gelişimini ve hatta bebeğin yaşamda kalmasını destekler. Fiziksel dokunma, ayrıca *bağlanma* olarak da bilinen ilişkili olmanın önemli bir yönüdür. Bağlanma araştırmaları bebek ve çocukların onlara en yakın olanlarla etkileştikleri üç farklı bağlanma biçeminin belirlenmesiyle sonuçlanmıştır: güvenli, kaygılı ve kaçınmacı. İnsanlar erken yakın ilişkileri, içsel olarak işleyen modeller biçiminde içselleştirebilirler. Bunlar gelecek ilişkiler için bir şema işlevi görür. Bağlanma biçemleri ve gerçekte işaret ettikleri şey bakıcıların ulaşılabilirliğine ve kültüre bağlı olarak değişebilir. Bağlanmayla ilgili araştırmalar çok etkili olmuştur.

Toplumsal bağlar hem varlıkları hem de yokluklarıyla etkilidir. Doyurucu ilişkileri olan insanlar daha mutlu, sağlıklı vb. olduklarını belirtmektedirler. Sevdiklerinden ayrılan ya da ilişkilerini kaybeden insanlar için depresyon benzeri koşulların riski daha büyüktür. Hem olumlu ilişkililik hem de sürekli etkileşim sağlayan ilişkilerin bu iki ögeden yalnızca birini içeren ilişkilerden daha doyurucu olmaları olasılığı yüksektir. İnsanların yeterli toplumsal bağları olduğunda ek bağlar geliştirme güdüleri azalabilir ve ilişki bittiğinde insanlar, genellikle onun yerini başka bir ilişkiyle doldurmaya güdülenmişlerdir.

Bugünkü ilişkileri incelerken, bu tür ilişkilerin oldukça karmaşık bir dünyada gelişip yürüdüğünü ve büyük çeşitlilik içerdiğini unutmamak gerekir. Ayrıca bugün ilişkiler hakkında şimdiye kadar hiç olmadığı kadar çok bilgimizin olmasına karşın, hâlâ daha fazla bilgiye gereksinim vardır. *Bilgi* ile *bilgelik* aynı şey değildir.

İlişkiler hakkındaki bilgiler araştırmalar yoluyla toplanır. Bu araştırmalar da değişik yöntemler kullanılarak yapılabilir. Katılımcı bildirimi yöntemi; anketler, görüşmeler, kişisel anlatılar ve benzerleriyle katılımcılara kendileri hakkında sorular sormayı içerir. Gözlemsel yöntemler araştırmacıların katılımcıları kişisel olarak ya da videodan gözlemelerini ve sonra da bu gözlemleri belgeleme ve çözümlemeyi içerir. Arşivsel yöntemlerde nüfus sayımı verileri, dergiler, kişisel mektuplar yanında diğer büyük ölçekli veri takımları, yani hâlen var olan bilgiler kullanılır. Bu bilgi kaynakları değişik biçimlerde çözümlenir. Deneysel yöntemler kontrollü koşullar altında, genellikle iki ya da daha fazla grubun sistematik olarak karşılaştırılmasını içerir. Hangi yöntemlerin kullanılacağına karar verme genellikle sorulan soruların

türüne bağlıdır. İlişki araştırmacılarının araştırmalarının katılımcılar üzerindeki olası etkilerine özellikle duyarlı olmaları gerekir.

Anahtar Kavramlar

Kaygılı (s. 5)
Arşivsel (s. 14)
Bağlanma (s. 4)
Kaçınmacı (s. 5)
Deneysel (s. 14)
İçsel olarak işleyen model (s. 5)
Gözlem (s. 13)
Güvenli (s. 5)
Katılımcı bildirimi (s. 12)

Önerilen Okumalar

Allen, K. R., & Walker, A. J. (2000). Qualitative research. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 19-30). Thousand Oaks, CA: Sage.

Baumeister, R. F. & Leary M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117,* 497- 529.

Feeney, J. A., Noller, P., & Roberts, N. (2000). Attachment and close relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 185- 201). Thousand Oaks, CA: Sage.

Harvey, J. H., Hendrick, S. S., & Tucker, K. L. (1988). Self- report methods in studying close relationships. In S. Duck (Ed), *Handbook of personal relationships* (pp. 99-113). New york: Wiley.

Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist, 55,* 56-67.

2

Çekicilik ve İlişki Gelişimi

Çekicilik ve İlişki Gelişimi Konusunda Ne Biliyoruz?

Çekicilik Kuramları
- **Bir Tutum Olarak Çekim**
- **Denge Kuramları**
- **Pekiştirme/Ödül Kuramları**
- **Benzerlik**
- **Uyarılma Kuramları**
- **"Ölümcül Çekimler"**

Çekicilik Üzerindeki Çevresel Etkiler
- **Yakınlık**
- **Beden Dili**

Çekicilik Üzerinde Kişisel Etkiler
- **Fiziksel Çekicilik**
- **Eşleşme Denencesi**
- **"Güzellik Eşittir İyilik" Denencesi**
- **İstendik Diğer Özellikler**

Eş Seçimi ve Evrimsel Psikoloji

Flört

Bilgisayar Ortamında Çekicilik

İlişki Gelişimi ve Süreçleri
- **Toplumsal Giriş Kuramı**
- **İlişki Gelişimini Etkileyen Diğer Etmenler**

Elde Etme Kuramları

İlişki Öyküleri

İlk Çıkma Senaryosu 1

Nora bunun haksız ve aptalca olduğunu düşündü! Garson olarak çalıştığı lokantanın yönetimi, lokanta kapanmadan önce yapılan genel temizliğin bir parçası olarak çöpleri yalnızca erkek garsonların dışarı çıkaracağını söylemişti. Bu ne kadar cinsiyetçi bir davranıştı? Nora genellikle bunu görmezden geldi ve tüm erkek garsonlarla birlikte o da çöpleri dışarı çıkardı. Eğer bu, erkek garsonlar için işlerinin bir parçasıysa, onun da işinin bir parçasıydı!

Nora çok çalışmaya alışkındı. Dört kardeşin en büyüğüydü ve ana babaları onlara çok çalışmanın değerini öğretmişlerdi -buna "çalışmanın armağanı" diyorlardı. Nora, üniversite masraflarının büyük çoğunluğundan kendisi sorumluydu; bu nedenle, bazen tam zamanlı bir öğrenci bazen de neredeyse tam zamanlı bir garsondu. Bu lokantayı seviyordu ve işinde iyiydi; müşteriler nazikti, yönetim genç ve genellikle oldukça rahattı ve diğer garsonlar da kendisi gibi üniversite öğrencileriydiler.

O cuma akşamı, çalışanlar aşırı derecede meşguldüler ve kimse bütün gece boyunca rahat bir nefes alma fırsatı bulamamıştı. Lokantayı her zamankinden daha geç kapatıyorlardı ve Nora büyük bir çöp torbasını daha çekiştirerek dışarı taşıyordu ki, arkasından yürüyen birinin kendisine "Bırak, ben yapayım" dediğini duydu. Dönüp baktığında, erkek garsonlardan Tomas'ı gördü. Tomas oldukça yeniydi ve Nora onu birçok kez görmüştü, fakat onunla hiç konuşmamıştı. "Ben taşırım" dedi. Fakat sonra kaba görünmemek için "Yine de teşekkür ederim" dedi. Tomas onunla çöp bidonuna doğru yürüdü ve konuşmaya başladı. Başka bir üniversiteden nakil öğrenciydi ve yalnızca lokantada değil, üniversite ve kentte de yeniydi.

Çöpü bıraktıktan sonra, birlikte lokantaya dönerek masaları silmeye ve düzenlemeye başladılar; bütün bu süre boyunca da konuşarak birbirlerini tanımaya çalışıyorlardı. Tomas'ın da Nora gibi geniş bir ailesi vardı ve her ikisi de ailelerinin en büyük çocuklarıydı. İkisi de kentin aynı bölgesinde oda arkadaşlarıyla birlikte apartman dairelerinde yaşıyorlardı. Tomas siyasal bilimler, Nora ise psikoloji öğrencisiydi, fakat her ikisinin de yan dalı aynıydı (İngilizce). Nora, Tomas'ın çok hoş bir çocuk olduğunu düşünüyordu ve lokantayı kapatırlarken Tomas Nora'ya bir sonraki gece işten sonra kendisiyle çıkmak isteyip istemediğini sordu. Nora, bunu istediğinden tam olarak emin olmamakla birlikte istediği yanıtını verdi. Ne de olsa, Tomas'ı henüz yeterince tanımıyordu.

Nora, diğer garsonlardan biri olan arkadaşı Jennifer ile birlikte arabasına doğru yürürken, ona Tomas'ın kendisine çıkma teklif ettiğini söyledi ve bunun üzerine Jennifer'ın "Zamanı gelmişti" demesine şaşırdı. Jennifer konuşmaya devam ederek Tomas'ın sürekli Nora'ya baktığını gördüğünü ve ondan hoşlandığının farkında olduğunu anlattı. Nedense, bunu duymak Nora'nın Tomas'la çıkması konusunda kendisini iyi hissetmesini sağladı.

Nora, cumartesi günü işe gitmek üzere hazırlanırken, saçını ve makyajını yapmaya daha fazla zaman ayırdı, tişört ve kot pantolondan oluşan üniformasını duruma uygun hâle getirmeye çalıştı. Arabasının daha sonra başına dert olmaması için, işe Jennifer'ın arabasıyla gitti. O gece Tomas ve Nora'nın işten 21:30'da çıkmaları gerekiyordu, fakat iş çok yoğundu; bu yüzden saat 22:00'a kadar çalıştılar. Bunun üzerine Tomas gidip bir şeyler yemeyi önerdi! Saatlerdir başkalarına yemek servisi yapıyor olmalarına karşın, kendilerinin açlıktan ölüyor olmalarına güldüler. Böylece başka, daha sessiz ve sakin bir yere gittiler ve bir masaya oturdular.

Yemek siparişlerini verdikten sonra, konuşmaya başladılar. Her ikisi de "ilk buluşma" gerginliğini yaşıyorlardı. Fakat okulları, aileleri ve lise deneyimleri hakkında konuştukça, her ikisi de rahatlamaya başladı. Nora, Tomas'ın gerçekten konuşabileceği biri olduğunu fark etti. Nora'nın anlattıklarıyla gerçekten ilgilenmiş görünüyor, geçmiş yaşamı ve ilgileri hakkında pek çok soru soruyordu. Çok iyi bir dinleyiciydi. Yalnızca dinlemiyor, bolca da konuşuyordu. Nora, onun küçük erkek

kardeşlerine, ana babasına, birinci ve ikinci sınıfları okuduğu önceki üniversitesine (orada basketbol oynamıştı) ve hukuk fakültesine girme umutlarına ilişkin pek çok şey öğrendi.

Yemeklerini bitirdiler ve konuşmaya devam ettiler, bir de baktılar ki lokantanın kapanma zamanı gelmiş. Tomas Nora'yı evine götürürken, işlerinde nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadıkları hakkında konuştular. Apartmana vardıklarında, Tomas Nora'yla evin kapısına kadar yürüdü. Bir şaşkınlık anından sonra, Nora'ya "Bu gece gerçekten çok iyi vakit geçirdim. Seninle konuşmak çok keyifliydi. Yeniden çıkmayı çok isterim. Seni yarın arayabilir miyim?" dedi. Nora, Tomas'a onunla çıkmayı istediğini söyledi ve Tomas gittiğinde, işinin kendisine hiç beklemediği bir ödül verdiğini düşündü, Tomas çok özeldi.

■ ■ ■

İlk Çıkma Senaryosu 2

James, arkadaşı Jamal'in söylediği bir şeye gülüyordu ve Jamal'e zekice bir şeyler söylemek için kafasını çevirdiğinde yiyecek bölümüne doğru yürüyen, daha önce hiç görmediği bir kız gördü. Öğrenci yurdunun yemekhanesi, genellikle James'in kızlara baktığı bir yer değildi, fakat bu kız bir başkaydı. Uzun boylu, kısa kıvırcık saçlıydı ve yürüyüşündeki bir şey onu gerçekten çarpmıştı. Gururlu, işte buna denirdi; gururlu görünüyordu! Ve gururlu olma iyi bir şeydi.

"Neye bakıyorsun?" dedi Jamal.

"Salata barının yanındaki kızı görüyor musun? İşte ona bakıyorum!" Jamal kıza dikkatle baktı ve onu hiç de etkilemediğini söyledi.

James yemeğini neredeyse bitirmişti, kızın nereye oturduğuna baktı. Yemek salonunun arka köşesinde üç kız arkadaşıyla birlikte oturuyordu. James, arada bir kıza göz atarak bir süre daha Jamal'le zaman geçirdi. Sonunda, kızın yerinden kalkarak tatlı masasına doğu yürüdüğünü gördü. Jamal'e "Sanırım, biraz tatlı istiyorum" dedi ve masaya—kıza—doğru yürüdü.

Kızın adı Keisha'ydı. James "Merhaba" dedikten ve kendini tanıttıktan sonra, çikolatalı kekin önünde birkaç dakika durarak, şundan bundan konuştular. James, Keisha'nın başka bir öğrenci yurdundan bu yurda yeni taşındığını ve sanat öğrenimi gördüğünü öğrendi. Kendisi hakkında kısaca bir şeyler anlattıktan sonra James Keisha'ya ertesi gece yerleşkede verilecek ücretsiz bir konsere birlikte gitmek isteyip istemediğini sordu. Keisha biraz şaşırmış görünüyordu, ama "Tamam" dedi.

Sonraki akşam yurdun girişinde buluştular. James bot, kot pantolon ve bir kazakla bile de olsa, Keisha'nın ne kadar hoş göründüğünü düşündü. Çoğunlukla okul ve işleri hakkında konuşarak konserin verileceği öğrenci merkezine kadar yürüdüler. Keisha üniversite kütüphanesinde James ise kentteki bir bilgisayar mağazasında çalışıyordu (O bir matematik öğrencisiydi). Öğrenci merkezindeki konser salonu kalabalıktı, ama arka tarafta oturacak yer bulabildiler. James, daha şimdiden ondan ne kadar hoşlandığını düşünerek, arada bir Keisha'ya bakıyordu. Keisha çok güzel bir kadındı.

Kendi payına, Keisha James'le ne kadar ilgilendiğinden pek emin değildi. James yeterince hoş bir erkekti, fakat birkaç yıldır birlikte olduğu liseden sevgilisi ile yeni ayrılmıştı ve bir süre farklı kişilerle çıkmak istiyordu. Hemen yeniden ciddi bir ilişkiye daha girmek istemiyordu. James'in kendisinden hoşlandığından oldukça emindi-kendisine bakıp duruyordu. Keisha konserden gerçekten zevk alıyordu. Belki de fazlaca bağlanmadan çıkmaya devam edebilirlerdi.

Konser sona erdikten sonra James ve Keisha, yerleşke yakınında bulunan bir pizza lokantasına gittiler ve köşedeki küçük bir masaya oturdular. Geçmişleri, aileleri, ilgileri gibi günlük konular hakkında konuştular, fakat bu konulardan hiçbirinde konuşmaları çok ileri gitmedi. Pizzalarını yediler ve öğrenci yurduna geri döndüler. Yurda geldiklerinde, Keisha James'e konsere birlikte gitme teklifi için teşekkür etti ve buluşmalarından ne kadar zevk aldığını söyledi. Fakat her ikisi de büyük olasılıkla bir daha buluşmayacaklarını biliyorlardı. Hepsi buydu işte.

■ ■ ■

İlk Çıkma Senaryosu 3

Alicia, kız kardeşiyle paylaştığı apartman dairesinden, kapıyı çarparak ayrılmak üzereydi. Alicia'nın hoşlanmadığı bir konuşmaya girmişlerdi ve Alicia ayrılmaya hazırdı. Kız kardeşi Amy, erkek arkadaşı Todd'un iyi bir arkadaşıyla Alicia'yı tanıştırmak istiyordu ve Alicia da bunu istemiyordu. Kendi buluşmalarını kendisi ayarlayabilirdi! Dahası, bu dönemde kız arkadaşları dışında birileriyle çıkmayı düşünemeyecek kadar yoğundu. Haftada 19 saat ders alıyor ve aynı zamanda çalışıyordu. Değil biriyle çıkmak, uyumak için bile ancak zaman bulabiliyordu.

"Bekle-bekle, gitme" diye bağırdı Amy. "Todd, iş arkadaşı Dan'in harika biri olduğunu ve birbirinize gerçekten çok yakışacağınızı söylüyor. Todd, daha önce hiç kimse için arabuluculuk yapmamıştı; bu kez yürüyeceğine inanıyor olmalı. Bir kez için Dan'la çıkmayı kabul edersen, kırmızı deri ceketimi gelecek dönem boyunca sana ödünç veririm. Bir daha da seni hiç kimseyle buluşturmaya çalışmam. Lütfen cuma geceki basketbol maçına geleceğini söyle."

Alicia, yumuşadığını hissetti, Amy'le oldukça yakındılar ve genellikle iyi geçinirlerdi. Şimdilik okuldaki işine yetişmesi gerekiyordu, cuma gecesi ise çalışmayacaktı ve Amy'nin o kırmızı deri ceketini de gerçekten çok beğeniyordu!

Üniversitedeki erkek basketbol maçı için bir buluşma ayarladılar. Amy ile Todd, Alicia ile de Dan dışarı çıkacaklardı. Önce maça ardından da yemeğe gideceklerdi. Alicia hafta boyunca bu buluşmayla ilgili her şeyi unutmaya çalıştı, fakat ansızın cuma günü gelip çattı. Amy ile birlikte akşam için giyinirlerken, Alicia bunu kabul ettiği için pişmandı, kırmızı ceket olsa da olurdu olmasa da. Sonunda kapının çalındığını duydular ve Amy kapıyı açtı. Kapıda Todd ve yanında uzun boylu, koyu renk saçlı ve oldukça yakışıklı bir erkek vardı. Amy onlara içeri girmelerini söyledi, Alicia ve Dan tanıştırılırlarken, her ikisi de birbirlerini inceliyorlardı. Alicia Dan'i görünce hoş bir şaşkınlık yaşadı, Dan ise Alicia'nın kısa koyu renk saçları ve büyük mavi gözleriyle çok şirin göründüğünü düşündü.

Basketbol maçı harikaydı. Her iki takım da çok iyi oynadı, herkes tezahürat ediyor ve alkış tutuyordu. Dan, faullerden bazılarını Alicia'ya açıklamaya çalıştı, fakat Alicia ansızın onu durdurdu "Babam basketbolu çok sever, Amy ve ben de tek çocuklarıyız. Bu nedenle, o basketbol hakkında ne biliyorsa, biz de biliyoruz. Bu arada, son faul verilmemeliydi, çünkü...." dedi ve hakemin yaptığı hatanın inceliklerini açıklamaya devam etti! Dan, Alicia'nın basketbol konusundaki bilgisinden etkilenmiş görünüyordu, birlikte maçın geri kalan bölümünün keyfini çıkardılar.

Daha sonra, dördü hamburger yemeye gittiler, maçta olanları tekrar edip, okul, iş ve başka şeyler üzerinde konuşarak birlikte iyi zaman geçirdiler. Dan'in müthiş bir mizah anlayışı vardı; bu nedenle Alicia uzun zamandır hiç gülmediği kadar çok güldüğünü fark etti. Todd ve Dan birbirlerini işyerinden tanıyorlardı, birlikte bazı iş öykülerini anlattılar ve böylece Alicia ile Amy daha da çok güldüler. Sonunda, eve dönme zamanı geldi. Kızlar, çocukları müzik dinlemeye davet ettiler, birlikte biraz müzik dinleyip konuştular. Todd'la birlikte gitmeye hazırlanırlarken, Dan Alicia'yı bir kenara çekti ve onu arayıp arayamayacağını sordu. Alicia Dan'e gülümsedi ve "Kesinlikle" dedi.

Todd ve Dan evden çıktılar, Amy kapıyı kapatıp kilitledikten sonra Alicia'ya dönerek, sordu: "Pekâlâ, ne düşünüyorsun? Ondan hoşlandın mı? Onu tekrar görecek misin?"

Alicia, yanıt vermeden önce biraz bekledi -bunun Amy için çok kolay olmasını istemiyordu. Sonunda "Evet, ondan hoşlandım ve evet beni arayacak. Fakat hâlâ daha ayarlanmış buluşmalardan hoşlanmıyorum ve hâlâ senin kırmızı deri ceketini gelecek dönem boyunca istiyorum!" dedi.

■ ■ ■

Bu Bölüm Okunurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- İlişki Öyküleri'nde anlatılan üç çiftten en fazla hangisiyle özdeşleştiniz?
- Sizin çıkma öykülerinizde onların öykülerinde olanlara benzer neler var?
- İlk çıkmaları temel alındığında, hangi çiftin uzun süreli bir ilişki geliştirme şansının en fazla olduğuna inanıyorsunuz? İpuçlarınız nelerdir?
- Arkadaşlar olarak bu çiftlerin hangisinden en çok hoşlanacağınızı düşünürsünüz? Neden?

Çekicilik ve İlişki Gelişimi Konusunda Ne Biliyoruz?

Birinci Bölüm'de tartışıldığı gibi, insanlar diğer insanlarla ilişki gereksinimi duyarlar. Diğerleriyle ilişki kurmanın pek çok yolu vardır; bunun en derin biçimlerinden biri bir partnerle romantik bir ilişkidir. Evlilik de bu tür bir ilişkidir. Kuşkusuz, herkes bu tür bir ilişkiyi istemez. Gerçekte, hiç evlenmemiş ve boşanmış birçok kadın ve erkek evlilik için özel bir istek duymaz (ör., Frazier, Arikian, Benson, Losoff ve Maurer, 1996). Yine de evlilik, uzun süreli, kararlı bir bağlanma biçimi olarak daha

yüksek genel iyi olma hâli, daha büyük mutluluk ve diğer olumlu psikolojik ve fiziksel özelliklerle ilişkili bulunmuştur (ör., Diener, 2000; Myers, 2000). Çoğu insan başkalarına bağlanmak ister ve evlilik çok derin bağlılığın bir biçimidir.

Evlilik ve diğer uzun süreli ilişkiler kendiliğinden olmaz. Genellikle başlangıçtaki çekimden doğan karmaşık bir duygular ve davranışlar karmaşasının sonucu olarak gelişirler.

Çekicilik Kuramları

Çekicilikle ilgili birçok kuram vardır. Bu kitapta odak noktası, romantik ilişkilerin gelişimiyle en yakından ilgili yaklaşımlardır.

Bir Tutum Olarak Çekim

Bir *tutum*, bir duygu, bir çeşit inanç ya da bilgi ve belirli bir biçimde davranma yönünde bir eğilim içeren, belirli bir nesneye yaklaşma ya da ondan uzaklaşma doğrultusunda bir yönelim olarak düşünülebilir. Çekim, bir tutum olarak kavramsallaştırıldığında "bir kişiye yaklaşma ya da ondan uzaklaşma yönünde bir eğilim olarak tanımlanabilir. Bu eğilim, kişi hakkında *bilişsel* bir inanç ve bilgi yapısından, ona yönelik olarak hissedilen ve açığa vurulan bir *duygudan* ve o kişiye doğru ya da ondan uzaklaşma yönünde *davranışsal eğilimlerden* oluşur (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992a; özgününde italik). Çekimi, bir düşünce, *duygu* ve davranışlar birleşimi olarak görme, onu anlamaya ve açıklamaya çalışan kuramların bu üç bileşenden bazılarını ya da tümünü irdeleyebilecekleri anlamına gelir.

Denge Kuramları

Denge kuramları uyumla ilgilidir ve Heider'in (1958) özgün kuramı üzerine geliştirilmişlerdir. Örneğin Newcomb'ın (1961) *A-B-X modeli*, çekimle özellikle ilgili bir denge kuramıdır. Temel düşünce, insanların, çevrelerindeki insanlarda, eşyalarda ve ilişkilerde uyum istedikleridir. Örneğin, eğer siz A kişisi iseniz ve B ile C kişilerini seviyorsanız, büyük bir olasılıkla B ve C kişilerinin de birbirlerini sevmelerini istersiniz. Eğer sevmezlerse, B ve C ile olan ilişkilerinizi, onlarla farklı zamanlarda görüştüğünüzden emin olarak, birlikte olmalarını gerektirecek planlar yapmaktan kaçınarak ve benzerleri yoluyla ayrı ayrı yönetmek zorunda kalırsınız. Daha az sorunlu, ancak yine de rahatsız edici bir başka örnek de, tutkulu bir sinema izleyicisi olarak, sizin sinemaya gitmekten nefret eden biriyle romantik ilişki partneri olmanız olabilir. Bu belki de büyük bir çatışma değildir, fakat sinemaya ilişki partneriniz olmadan gitmeniz, planladığınızdan ya da istediğinizden daha az film izlemeniz ya da bu ikilemi başka bir biçimde çözmeniz gerekebilir.

Özde denge kuramları, insanlar ve nesneler uyum içinde olduğunda, yaşamın daha kolay ve çekimin daha büyük olduğunu söylemektedir. Denge kuramı, hem Dan'i hem de Alicia'yı seven ve bu ikisinin de birbirlerini sevmelerini umut eden Amy'nin erkek arkadaşı Tommy için işlemiş olabilir. Araştırmalar, denge ku-

ramının temel ilkelerini (ör., Davis ve Rusbult, 2001) "*tutum uyumlulaştırması*" olarak adlandırılan ilişkisel bir süreç içinde desteklemiştir; bu da şu anlama gelmektedir: "Bireyler, tutumlarının, yakın ilişki partnerlerinin tutumlarıyla uyumsuz olduğunun farkına vardıklarında rahatsız olurlar ve partnerlerininkiyle uyumlu hâle getirebilmek için kendi tutumlarını değiştirmeye güdülenirler." (s. 65).

Pekiştirme/Ödül Kuramları

Çekicilikle ilgili bazı kuramlar temel öğrenme süreçleri üzerine yapılandırılmıştır: *klasik koşullanma* (bir uyaranı bir tepki izler) ve *edimsel koşullanma* (bir tepkiyi/davranışı bir pekiştireç izler). Klasik koşullamaya bir örnek olarak, eğer Kristen hoşlandığı bir dersi alıyorsa ve Sam de aynı dersi alıyorsa Kristen, Sam'le o dersi alma deneyimi arasında bir çağrışım kurmaya başlayabilir. Çünkü bu onun için olumlu bir deneyimdir. Özellikle de sınıftan birlikte çıkıp yürüyorlar, sınavlar için birlikte çalışıyorlar ve benzerlerini yapıyorlarsa. Ayrıca bir cezadan kaçınma gibi, başka koşullar altında da sevilebilmekle birlikte, Sam bir ödülle (ders) ilişkilendirildiği için de sevilir (Martin ve Seta, 1983). Ek olarak, dersin Sam'le ilişkilendirildiği için sevilmesi de olasıdır! Eğer Ann de aynı dersi alıyor ve hemen her zaman Kristen'in yorumlarına katılıyorsa, Kristen Ann'den de hoşlanmaya başlayabilir; bu da edimsel koşullanmaya bir örnektir.

Koşullanmanın saf bir biçimde işlediği durumlara ilişkin kesin örnekler bulmak oldukça zordur, fakat Byrne (1969) pekiştirme ve çekimle ilgili öğrenme temelli etkili bir kuram geliştirmiştir. Byrne "X'e ilişkin çekimin, X'le ilgili ödül ve cezaların göreli sayısının bir işlevi olduğunu" belirtmektedir (s. 67). X'in bir kişi olduğunu varsayarsak, bu kişiye doğru çekim, onunla ilişkilendirilen ödül (olumluluklar) ve cezalar (olumsuzluklar) üzerine temellenir.

Genel pekiştirme yaklaşımı, 3. Bölüm'de daha ayrıntılı olarak tartışılacak olan "*toplumsal değişim kuramı*"nın (mübadele kuramı) temelini oluşturur. Toplumsal değişim kuramı, toplumsal ilişkiler için uyarlanmış bir pazar yeri kuramıdır (ör., Blau, 1964). Kuram, insanların etkileşimlerinin ödüllendirici ve cezalandırıcı yönlerini vurgulamaktadır ve yakın ilişkilerle ilgili pek çok araştırmaya yol açmıştır. Özellikle de insanların ilişkilerini neden sürdürdükleri ya da sürdürmedikleri konusunda. Başlangıçtaki çekim durumunda, belirli bir partnerle ulaşılabilir olan ödüller, bedellerden daha belirgin olabilir; özellikle de eğer partner ilişkinin başında çok iyi davranırsa. Pekiştirme kuramının özgül bir uygulaması benzerlik yapısıdır.

Benzerlik

"Aynı türden kuşlar bir sürüde toplanır." düşüncesi -ya da değişik bir dizi bakımdan aralarındaki benzerlik arttıkça, iki kişinin birbirlerini daha fazla çekecekleri inancı- büyük bölümü Byrne (1971) tarafından yapılan birçok araştırmaya yol açmıştır. Araştırmaların çoğu laboratuvar deneyleridir. Bu deneylerde, katılımcılar tutum ölçeklerini doldurmuşlar; sonra sözde aynı ölçeği doldurmuş olan bir yabancıyı ne kadar sevdiklerini belirtmişlerdir. Yabancının çekiciliği, katılımcı ve uyarıcı kişi arasındaki **benzerlikle** doğru orantılı olarak artıyordu (Byrne, Nelson, 1965).

Bu bulgular, oldukça çok sayıda ek araştırmada desteklenmiştir (Gonzales, Davis, Loney, Lukens ve Junghans, 1983).

Çekicilik ve benzerlik arasındaki ilişki ekonomi, kişilik özellikleri, kendine saygı ve benzeri değişik bir dizi etmenle ilgili olarak gösterilmiştir, fakat bu değişmez bir ilişki değildir. Örneğin Neimeyer ve Mitchell (1988), arkadaşlık gelişimini laboratuvar dışında incelemişlerdir. Bu çalışma, benzerliğin arkadaşlar arasındaki ilk çekimi yordadığını ortaya koymuş fakat daha uzun dönemler için, arkadaşların kişilik özellikleri ve düşüncelerinin, aralarındaki çekimi daha iyi yordadığını göstermiştir. Benzerlik, insanların birbirleriyle nasıl ilişki kurdukları üzerine geniş bir bakış açısının yalnızca bir bölümüdür (Byrne, 1997).

Benzerliğin çekiciliği etkilediği düşünülmekle birlikte, çekiciliğin de benzerliği etkilemesi olasıdır. Birbirlerine çekilen insanlar, zamanla birbirlerine daha benzer hâle gelebilir ve kendilerini birbirlerine gerçekte olduğundan daha benzer olarak algılayabilir (bk., Olumlu Yanılsamalar Bölümü, s. 38-39) Benzerlik, ayrıca denge kuramları içinde merkezî öneme sahiptir. Uyumluluk ve denge isteğimiz, ilişki partnerleri arasında tutum ve davranışlar açısından benzerlikleri gerektirir; benzerlikler ayrıca daha önce tartışılan tutumların uyumlu hâle getirilmesi için de gereklidir (Davis ve Rusbult, 2001).

Dolayısıyla benzerlik, çekim için önemlidir, fakat her zaman değil. "Zıtlar birbirini çeker" görüşü de bazı araştırmalara neden olmuştur, fakat benzerlik kadar güçlü bir etkisi yoktur (Winch, 1958). Benzerlik, ilk çıkmalarında birbirlerini tanımaya çalışırlarken Nora ve Tomas için de önemliydi.

Uyarılma Kuramları

Hayır, bu cinsellikle ilgili bir bölüm değil! Uyarılma, burada psikolojik uyarılma ve bunun duygusal durumlarda oynadığı rol anlamında kullanılmaktadır. Schachter'e göre (1964; Schachter ve Singer, 1962), fizyolojik uyarılma ve ona eşlik eden ilişkili ve anlaşılabilir duygusal ipuçları *duygusal deneyimi* oluşturur.

Uyarılma ve çekim üzerine yapılan klasik araştırmalarda (Dutton ve Aron, 1974), erkek katılımcıların yarısı derin bir uçurum üzerinde sallanan bir asma köprüden, yarısı da yere daha yakın olan sabit bir köprüden geçerlerdi. Sonra katılımcı ya erkek ya da kadın bir araştırma görevlisiyle karşılaşırdı. Araştırma görevlileri katılımcılardan bir resme bakmalarını, bazı sorulara yanıt vermelerini ve resimle ilgili kısa bir öykü yazmalarını isterlerdi. Katılımcılara, ayrıca eğer konuyla ilgili soruları olursa araştırma görevlisini evinden arayabilecekleri de söylenirdi. Sonuç olarak, asma köprüden geçen ve kadın araştırma görevlisiyle karşılaşan katılımcıların öykülerinin daha fazla cinsel imgeleme içerdiği; aynı zamanda bu katılımcıların araştırma görevlisini arama eğilimlerinin daha yüksek olduğu görülürdü. Dolayısıyla, tehlikeli görünen bir köprü üzerinde yürümenin yarattığı fiziksel uyarılmanın daha fazla çekime neden olduğu sonucuna varılırdı.

Böylece, eğer birisiyle ilk çıkmanızda, bir araba kazasına tanık olur ve her ikiniz de kaza geçirenlere yardım ederseniz; durumun neden olduğu fiziksel uyarılma ve ona eşlik eden kaza durumundaki yardımseverliğiniz ve takım çalışmasının aranızdaki çekimi artırması olasıdır. Bu tür durumlar *"uyarılmanın yanlış nedene yüklemesi"* olarak da bilinir (Erber ve Erber, 2001).

"Ölümcül Çekimler"

Eğer benzerlik çekimi artırıyorsa, benzemezlik ya da farklılık için ne söylenebilir? Gerçekte, benzemezlik konusundaki araştırmalar, romantik ilişki partnerleri birbirlerinden çok farklı olduklarında, ilişkinin yürümesi olasılığının düşük olduğunu göstermektedir. Felmlee (1995) *"ölümcül çekimler"* adını verdiği şeyi ya da "romantik partnerde bir zamanlar çekici ve büyüleyici bulunan özelliklerin sık sık ayrılma sonrasında hata ve zayıflık olarak görülenlerle aynı ya da onlara çok benzer olduğu" görüşünü araştırdı (Felmlee, 1998, s. 235). Felmlee, insanların bu ölümcül çekimleri belirli koşullar altında yaşayacaklarını düşündü; bunlar (1) ilişki partnerinin kendisinden farklı olması, (2) ilişki partnerinin ortalamadan farklı ya da benzersiz olması, (3) ilişki partnerinin toplumda geçerli cinsiyet rolü beklentilerine (bir kadın ya da erkekten beklenenler) uymaması koşullarıdır.

Felmlee (1998), bitmiş olan ilişkilerini betimleyen 300'den fazla kişiden elde edilen niteliksel ve niceliksel verileri sınıflandırıp çözümledikten sonra, düşüncelerinin büyük ölçüde doğru olduğunu görmüştür. İlk olarak, eğer özellikle de farklı olan özellikler daha ilişkinin başında kişiyi partnerine çeken özelliklerse, ilişki partnerleri arasındaki farklılıklar daha fazla ayrılmayla sonuçlanıyordu. Örneğin, oldukça utangaç bir kişi aşırı derecede dışadönük bir kişiyi çekici bulursa, daha sonra dışadönüklük "ölümcül çekim" olabilir. Ancak, eğer iki kişi ilişkilerini geliştirirlerken, aralarındaki farklılıkların zamanla farkına varırlarsa, bu daha az sorun yaratmakta ve hatta yakın ilişkilerin doğal bir yönü olarak görülmektedir. Felmlee, ayrıca bir partnerin özelliklerinin eşsizlik ve aşırılığı arttıkça, yaşanan düş kırıklığının da arttığını ortaya koymuştur. Son olarak, cinsiyet rollerine uygun olmayan biçimlerde davranma, ilişkinin bitmesiyle bağlantılı görünmüyordu.

Eğer şu anda, davranışı sizi çılgına çeviren -hiç değilse rahatsız eden- ilişki yaşıyorsanız, "Bu davranış yeni mi, ortaya çıktı yoksa ilk tanıştığınızda da var mıydı?" sorusu üzerinde biraz düşünün. Gerçekte, bu davranış daha başlangıçta sizi partnerinize çeken şeylerden biri olmuş olabilir mi? Eğer öyle ise Felmlee'nin "ölümcül çekimler" kavramını iyi anlamışsınız demektir.

Çekimle ilgili kuramsal yaklaşımlar üzerinde bu kısa tartışma, insanların birbirlerine ilgi duyar hâle nasıl geldikleriyle ilgili geniş bakış açılarından bazılarını özetlemiştir. Ayrıca, özel çevresel ve kişisel etmenler de çekimi etkilemektedir. Bu etmenler izleyen iki alt bölümde ele alınacaktır.

Çekicilik Üzerindeki Çevresel Etkiler

Yakınlık

Homans (1961), olumlu olarak etkileşen insanların etkileşimleri arttıkça, birbirlerinden daha fazla hoşlanacaklarına ve birbirlerini daha fazla seveceklerine ve birbirleri için çekiciliklerinin artacağına işaret etmiştir. İnsanlar sık sık etkileşmek için, birbirlerine **yakın** olmak zorundadırlar. Bu görüşe göre, aynı yerdeki insanlar -bu

bir işyeri, bir üniversite sınıfı, bir apartman ya da bir site olabilir- daha sık etkileşime girecekler ve birbirlerini daha çekici bulacaklardır. Nora ve Tomas'ın işyerinde, Keisha ve James'in de öğrenci yurdunun yemekhanesinde tanıştıklarını anımsayın.

Kuşkusuz, eğer insanlar olumsuz olarak etkileşirlerse, yakınlık çekiciliği azaltabilir de. Ebbesen, Kjos ve Konecni (1976) hisseli bir site sakinlerine, oturdukları sitede sevdikleri ve sevmedikleri kişiler hakkında bir tarama yaptılar. Her katılımcı, sevdiği ve sevmediği kişileri kendileri gibi sitenin aynı bölümünde oturan kişilerarasından seçmiştir.

Yakınlığın en önemli yönü, insanların birbirlerini görme sıklıklarıdır. Zajonc (1968) yalnızca *"görme sıklığı"*nın bir kişinin bir uyarıcıya yönelik olumlu tutum geliştirmesi için yeterli bir koşul olduğu" denencesini (s. 1) ileri sürmüştür. Diğer bir deyişle, bir şeyi ya da birini yalnızca tekrar tekrar görme, ona yönelik sevgimizi arttırabilir. Özgül nesnelerin slaytlarını, hoş olan ve olmayan sıvıları içen kişileri ve ilişki partnerlerinin resimlerini tekrar tekrar görmeyi içeren bir dizi çalışma "yalnızca görme sıklığı" etkisine görgül destek sağlamıştır.

Beden Dili

Çekicilik, sözel olmayan sunumdan ya da Fast'in (1970) yaygınlaştırdığı deyimle *beden dilinden* de etkilenebilir. Beden dili; yüz ifadeleri, duruş, vücudun eğimi ve benzeri beden hareketleri ve hatta giyim, takı ve makyaj gibi fiziksel süslerle ilgilidir. Bir sonraki alt bölümde belirtildiği gibi, fiziksel çekicilik, çekiciliği artırmada güçlü bir rol oynamaktadır ve beden dilinin pek çok yönü çekicilikle yakından ilişkilidir. Bir birey klasik anlamda çekici olmayabilir, fakat dik bir duruşla ve baş yukarıda olarak güvenli bir yürüyüşle çekici görünebilir. James'in, Keisha'nın "gururlu" beden dilinin nasıl farkına vardığını anımsayın?

Yüz ifadeleri özellikle amaçlı olarak araştırılmıştır, çünkü yüz geniş bir dizi duyguyu anlatabilir. Bu ifadeler, bir kişinin hem belirli bir zamanda ne hissettiği hem de o duygunun yeğinliği konusunda bilgi verebilir (Ekman, Friesen ve Ancoli, 1980). Dik dik bakmayı ve göz temasını içeren görsel etkileşim önemlidir, çünkü ya yakınlık ya da saldırganlık işareti olarak kullanılabilir. İnsanlar, yakın oldukları kişilere daha fazla bakarlar ve daha fazla göz temasının genellikle daha az göz temasından daha iyi olduğu düşünülür (Kleinke, 1986). İlişki partnerlerinin birbirleri için çekicilikleri ve yakınlıkları arttıkça göz teması artabilir.

Daha genel olarak, sözsüz davranış ister romantik bir partnere, ister aile üyelerinden birine isterse de yalnızca bir arkadaşa doğru olsun, çekilme sürecinin önemli bir yönüdür. Örneğin Friedman, Riggio ve Casella (1988) gözlemcilerin, katılımcıların hem fiziksel çekiciliklerine hem de duygusal dışa vuruculuklarına ilişkin değerlendirmeleriyle ilgilenmişlerdir. Fiziksel olarak çekici ve duygusal olarak dışa vurucu katılımcılar daha fazla sevilmişlerdir. Fakat fiziksel çekicilik dikkate alınmadığında bile (etkiler istatistiksel olarak ortadan kaldırılmıştır), duygusal olarak daha dışa vurucu katılımcılar daha fazla sevilmişlerdir. Beden dilinin diğer yönleri gibi, duygusal dışa vuruculuk da bireyin kendini sunmasıyla ilgili karmaşanın bir parçası olabilir ki bu, yalnızca çekicilikten çok daha fazla bir şeydir.

İnsanlar sözel olmayan ifadeleri ya da beden dilleri açısından farklılıklar gösterirler ve ayrıca bu beden dilini farklı insanlara ifade ediş biçimleri açısından da farklılaşabilirler. Foot, Smith ve Chapman (1979) 9 yaşındaki çocukları hem arkadaşlarıyla hem de yabancılarla ikili etkileşimlerinde gözlemlemişler ve arkadaşlık ilişkilerindeki çocukların sözsüz olarak yabancılarla eşleştirilenlerden daha benzeşik olduklarını ortaya koymuşlardır. Daha yakın bir geçmişte, Guerrero (1997) üç farklı ilişki türü içinde gözlendiğinde, kadın ve erkeklerin sözlü ve sözsüz olarak nasıl iletişim kurduklarını çözümleyen bir çalışma yaptı. Bunlar; karşıtcinsle romantik ilişkiler, karşıtcinsle arkadaşlıklar ve aynı cinsle arkadaşlıklardı. Guerrero, özellikle insanlar bu farklı türden ilişkilerde etkileşirlerken iletişimin nasıl değişebileceğiyle ilgileniyordu. Sonuç olarak, insanların üç farklı türden partnerleriyle davranışlarında oldukça büyük bir tutarlılığın olduğunu, fakat ayrıca tutarsızlıkların da bulunduğunu görmüştür.

Romantik bir ilişki partneriyle etkileşirken, insanlar karşılarındakine daha dikkatle bakmışlar, daha fazla dokunmuşlar, fiziksel olarak daha yakın durmuşlar ve daha fazla genel ilgi göstermişlerdir. Ancak aynı durumda, ifadelerinde daha az akıcılık daha az baş sallama, daha az sözel ilgi, fakat en fazla sessizlik ve en uzun tepki süreleri sergilemişlerdir. Böylece, bazı boyutlarda, romantik çiftler arkadaş çiftlerinden daha yakın görünürlerken diğer boyutlarda daha az yakın görünmüşlerdir. Sık sık baş sallama ve sözel ilgi belirtileri arkadaşlık ilişkilerinde romantik ilişkilerde olduğundan daha fazlaydı ve aynı cinsten arkadaşların karşıtcinsten arkadaşlarınkinden daha fazla uyumlu beden duruşları vardı. Son olarak, kadın ve erkekler arasında az bir farklılığın olduğu, erkeklerin öne doğru daha fazla eğildikleri, partnerlerin benzer bir beden duruşu sergiledikleri, kadınların ise daha fazla doğrudan göz temasında bulundukları ve beden yönelimi sergiledikleri bulunmuştur. Guerro'nun da işaret ettiği gibi "Bu bulgular, romantik partnerlerin arkadaşlardan daha yakın, fakat daha akıcı olarak ilginç bir davranışsal görünümünü ortaya koymuştur." (1997, s. 51).

Beden dili, birisini çekici bulma ve onunla bir ilişki geliştirme sürecinde güçlü ve bilgilendirici bir etmendir. Burada, beden dili çekicilik üzerinde çevresel bir etki olarak ele alınmakla birlikte, izleyen alt bölümde fiziksel çekicilik ve istenilir özellikler gibi kişisel etkiler arasında da ele alınabilir.

Çekicilik Üzerinde Kişisel Etkiler

Fiziksel Çekicilik

Bir kişinin, diğer bir kişiyi çekici bulup bulmamasında en güçlü etmenlerden biri dış görünüm ya da *fiziksel çekiciliktir*. Fiziksel çekicilik çağdaş kültürde önemlidir (Hatfield ve Sprecher, 1986b). Diğer bir kişiyi değerlendirmede sığ bir ölçüt gibi görünebilmekle birlikte, dış görünüm, yeni tanıştığımız bir kişide ilk ilgimizi çeken şeydir. Yüz hatları, saç biçemi, vücut yapısı, duruş-bütün bunlar birisine ilişkin ilk izlenimimizi etkileyen açık özelliklerdir. Örneğin; Tomas Nora'nın, James de Keisha'nın fiziksel görünümüne dikkat etmişti.

Cunningham ve arkadaşlarının (Cunningham, Roberts, Barbee, Druen ve Wu, 1995) insanların Asyalı, Latin ve beyaz kadınların yüzsel çekiciliklerine ilişkin değerlendirmelerine baktıkları bir çalışmalarında da görüldüğü gibi, güzelliği tanımlamada bazı kültürel benzerlikler bulunmaktadır. Asyalı, Latin ve beyaz değerlendiricilerin tümü, kendileri ya da değerlendirilen kişi hangi kültürden olursa olsun, küçük burunlu, küçük çeneli ve büyük gözlü kadınları daha çekici bulmuşlardır. Tercih edilen özellikler yaşa karşı gençliği vurguluyordu (olgun bir yüze karşı bebeksi bir yüz). Evrimsel psikologlara göre (ör., Buss, 1999) bu, eş seçimi (bir sonraki alt bölümde tartışılmıştır) ve çekiciliğe evrimsel bakış açısını destekleyen bir seçimdir. Fiziksel biçim de çekicilik açısından önem taşımaktadır ve bel-kalça oranı bu biçimin bir yönüdür. Erkekler, bel-kalça oranı 0,7 olan kadınları tercih etmek eğilimindedirler (Singh, 1993); bu da kalçaya oranla ince bir bel ve dolayısıyla yuvarlak çizgili bir görünüm anlamına gelmektedir. Öte yandan kadınlar, bel-kalça oranı 0,9 olan erkekleri tercih eder (Singh, 1993) görünmektedirler; bu da yaklaşık benzer ölçülerde bir bel ve kalçaya, dolayısıyla da yukarıdan aşağıya daha düz bir görünüme işaret etmektedir.

Çekicilik derecelendirmelerinde ayrıca kültürel farklılıklar da bulunmaktadır. Ford ve Beach (1951), ilkel kültürlerin beden yapısıyla ilgili değerlerini incelemiş (tombulluğa karşı zayıflık) ve çekicilik için farklı standartların olduğunu görmüşlerdir. Bu demek oluyor ki, Batı kitle iletişim araçlarının kadının çekiciliği açısından yaşamsal bulduğu, beden biçimi ve ağırlık gibi özellikler, her yerde aynı derecede önemli görülmemektedir.

Kuşkusuz, kitle iletişim araçları çekicilikle ilgili görüşleri etkilemektedir, fakat burada kitle iletişim araçlarından fazlası devreye girmektedir. Evrimsel psikoloji, çekiciliğin niçin önemli olduğuna ilişkin bir bakış açısı önermektedir ve bu bakış açısı bu bölümde daha sonra tartışılacaktır. Peki, fiziksel çekiciliğin romantik ilişki partneri seçimini nasıl etkilediği konusunda diğer sosyal bilimciler neler söylemektedir?

Eşleşme Denencesi

Bir görüşe göre, biz nasıl görünürsek görünelim, kendimizle aynı çekicilik ya da toplumsal istenirlik düzeyinde bir romantik eş ya da ilişki partnerini tercih ederiz. Eğer 1 ile 10 arasında değişen bir ölçekte 10 düzeyinde olduğumuza inanıyorsak, o zaman yine 10 düzeyinde bir başkasını ararız. Eğer 6 düzeyinde olduğumuza inanıyorsak, o zaman da 6'ları ararız. Buna **eşleşme denencesi** adı verilmektedir.

Bazı araştırmaların sonuçları eşleşme denencesini desteklememekle birlikte (Walster, Aronson, Abrahams ve Rottman, 1996), diğer çalışmalar eşleştirmenin olduğunu göstermişlerdir. Örneğin; Berscheid, Dion, Walster ve Walster (1971) reddedilme olasılığının insanların çıkma tercihlerini etkileyip etkilemediğini sınamak amacıyla iki deney düzenlemişlerdir. İlk deneyde katılımcılar, çalışmaya bilgisayar çıkması olduğunu düşündükleri bir şey için katılmışlardır. Katılımcıların yarısı olası bir ilişki partneriyle kısa bir süre karşılaşacaklarını ve bu kişinin onları geri çevirme seçeneğinin olduğunu düşünüyorlardı. Diğer katılımcılarsa yalnızca kendileri için belirlenmiş olan partnerle dansa gideceklerine inanmışlardı. Daha sonra katılımcılar, flört edecekleri bir kişide aradıkları nitelikleri değerlendirdiler. Reddedilme olasılığı, katılımcıların değerlendirmelerini etkilememiş ve gerçekte, bir eşleşme etkisi gözlenmiştir. Yani bir

katılımcının çekiciliği arttıkça, olası bir partnerde istediği çekicilik düzeyi de artıyordu. İkinci deneyde, katılımcılara 6 olası çıkma partneri adayının fotoğrafı gösterilmiş ve birini seçmeleri istenmiştir ve katılımcılar yine reddedilebileceklerine inananlar ve reddedilme olasılığının bulunmadığına inananlar olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Daha önce de olduğu gibi, katılımcılar çekicilik düzeyi kendilerininkine denk olan partnerleri seçmişler ve bu seçimleri reddedilme olasılığından etkilenmemiştir. Diğer bir deyişle 6'lar 6'ları, 10'lar da 10'ları seçmişlerdir!

Eşleşme etkisi, aynı cinsten arkadaşlar (Cash ve Derlega, 1978) kadar orta-sınıftan, orta-yaşlı evli çiftlerde (Murstein ve Christy, 1976) de bulunmuştur. Arkadaş çiftlerle romantik çiftlerden fiziksel çekicilikle ilgili 18 çalışmalık bir büyük çözümlemede, Feingold (1988) romantik eşlerde eşleşme için bazı kanıtlar bulmuştur. İlişki partnerlerinin çekicilik düzeyleri arasındaki korelasyonlar 0,40'la 0,50 arasında değişiyordu.

Eşleşme eğilimine ek olarak, ayrıca bir partnerin kişisel özelliklerini fiziksel çekiciliği temelinde genelleştirme yönünde bir eğilim de bulunmaktadır.

"Güzellik Eşittir İyilik" Denencesi

Fiziksel çekicilikle ilgili "güzel olan iyidir" kalıpyargısı vardır. Dion, Berscheid ve Walster (1972) hem erkek hem de kadın katılımcılardan çekicilik düzeyleri birbirlerinden farklı erkek ve kadın fotoğraflarını değerlendirmelerini istediler. Bazı katılımcılar karşı cinsten fotoğrafları değerlendirdiler; diğer katılımcılar aynı cinsten fotoğrafları değerlendirdiler. Sonuçlar, fiziksel olarak daha çekici olarak değerlendirilen kişilerin, daha az çekici kişilerden toplumsal olarak daha istendik kişilik özelliklerine, daha büyük mesleksel başarıya, daha büyük evlilik mutluluğuna, genel mutluluğa ve mesleksel mutluluğa sahip olarak değerlendirildiklerini göstermiştir. Diğer araştırmalar, daha az çekici olarak algılanan kişilerle karşılaştırıldığında, çekici olarak algılanan kişilerin ayrıca etkileşimlerinde daha iyi olabileceklerine de işaret etmektedir (Synder, Tanke ve Berscheid, 1977) ve gerçekten bazı araştırmalar fiziksel çekicilik ve psikolojik uyum arasında küçük fakat anlamlı ve olumlu bir ilişki bulmuşlardır (O'Grady, 1989).

Öyle görülüyor ki çekici olası çıkma arkadaşlarına hoş görünebilmek için insanlar fiziksel görünümleri, kişilikleri ve gelirleri gibi kişisel özellikleri hakkında yalan söyleyebilmektedirler (Rowatt, Cunningham ve Druen, 1999) ve çekici olanı tercih yönündeki eğilim erken yaşlarda başlamaktadır; küçük çocuklar bile çekici olmayan yüzlere karşı çekici olanları tercih yönünde bir eğilim sergilemişlerdir (Dion, 1977).

Gerçekte, çekicilik tüm çekicilik/güzellik konusunun yalnızca bir yüzüdür. "Güzel olan iyidir" ilkesinin doğal sonucu "Çirkin olan kötüdür" olur. İnsanlar bazen birinin dış görünüşünün çekiciliği temelinde olumlu başka nitelikleri genelleyebildikleri gibi, bazen de bir kişinin çirkinliği temelinde olumsuz başka özellikleri de genelleyebilmektedir (bk., Erber ve Erber, 2001). Kuşkusuz, hepimiz için "güzelliğin yalnızca deri derinliğinde olduğunu" anımsamak ve insanların fiziksel çekicilik ya da çirkinliklerinin kişilikleri açısından ne anlama gelebileceğine ilişkin varsayımlarımızı sınırlandırmak en iyisi olacaktır.

Eski bir başka deyime göre "Güzellik, bakanın gözündedir" ve bu söz bir dereceye kadar doğrudur. Fakat güzellik ya da çekicilik bir insanda dikkati çeken ilk özellik olabilirken ilişki ilerledikçe öneminden yitirebilir. Murstein (1976) uyaran

özelliklerinin (ör., fiziksel çekicilik) ilişkinin erken döneminde önemli olduğuna, fakat daha sonraki evrelerde, değerler (ör., tutumlar, inançlar) ve rol uyuşmasının daha fazla önem kazandığına işaret ederek, ilişki gelişimiyle ilgili olarak *uyaran-değer-rol (UDR) kuramını* geliştirmiştir.

İstendik Diğer Özellikler

Fiziksel çekicilik genel anlamda çekiciliği etkileyen istendik bir dizi özellikten yalnızca biridir. Araştırmalar, uygun bir biçimde açılan kişilerin ve bir değerlendiricininkilere benzer tutum ve değerleri ortaya koyan kişilerin daha çekici olarak algılandıklarını (Daher ve Banikiotes, 1976) ve neşeli insanların neşeli olmayanlardan daha fazla sevildiklerini göstermiştir (Folkes ve Sears, 1977). Başka araştırmalarda, dışadönükler, genel olarak içedönüklerden (Hendrick ve Brown, 1971), çıkma partneri hakkında orta derecede seçici insanlar, aşırı seçici ya da hiç seçici olmayanlardan daha olumlu olarak değerlendirilmişlerdir (Wright ve Contrada, 1986). Daha başka çalışmalar (Aronson, Willerman ve Floyd, 1966) insanların daha üstün yetenekleri (bu örnekte, yüksek zekâ) ve aynı zamanda insansal kusurları olan (sakarlık, Aronson ve arkadaşlarının bu çalışmasında) başkalarını sevdiklerini göstermiştir. Diğer bir deyişle biz, üstün fakat kusursuz olmayan insanları severiz.

Aron, Dutton, Aron ve Iverson (1989) deneyimi olan yanıtlayıcıların birine aşık olma ya da biriyle güçlü bir arkadaşlık geliştirmede istendik özelliklerin en önemli etmenler arasında olduğunu belirttiklerini gördüler. Ayrıca olası ilişki ortağının yanıtlayıcıyı sevme derecesi ve benzerlik de önemliydi. Jennifer'ın Tomas'ın bir süredir ondan hoşlandığını söylemesinin ardından Nora'nın Tomas'la çıkma konusunda kendisini daha iyi hissettiğini anımsayın. *Karşılıklılık* -ya da bir ilişkide duygu ve davranışların oldukça eşit bir biçimde alınıp verildiğini hissetme- ilişkinin devamı için olduğu kadar çekicilik açısından da önemli görünmektedir (ör., Gouldner, 1960). Gerçekten ilişkilerdeki toplumsal çekiciliğin karşılıklılığı insanlarda olumlu duyguları artırmaktadır (Vittengl ve Holt, 2000).

Pek çok çevresel ve kişisel etmen çekiciliği etkilemektedir ve bir dizi kuram onları açıklamaya çalışmaktadır. Çekicilik için en kapsamlı açıklayıcı sistemlerden biri eş seçimine evrimsel psikoloji yaklaşımıdır. İzleyen Ayraç Kutusu'ndaki sorular kendi ilişkilerinizde çekiciliğin ne kadar önemli olduğunu görmenizde yardımcı olacaktır.

Eş Seçimi ve Evrimsel Psikoloji

Evrimsel bakış açısı yakın ilişkiler de içinde olmak üzere psikolojinin farklı alanlarına giderek artan bir biçimde uygulanmaktadır (Simpson ve Gangestad, 2001). Bu bakış açısı, çekiciliğe büyük ölçüde insan türünün yaşaması ve üremesi açısından merkezî bir rol oynayan eş seçimi nedeniyle önem vermektedir. Bazı canlı türlerinin eşeysel olarak üremelerine ve dolayısıyla yalnızca bir cinse sahip olmalarına karşın, aralarında insanların da bulunduğu daha pek çok tür üremek için eşleşen iki ana babayı gerektirmektedir. Eşeyli üreme, genetik olarak değişik

Ayraç Kutusu

Çekiciliğin Doğası

Bugüne değin yaşadığınız en iyi romantik ilişkiyi düşünün. Şu anda bir ilişkiniz varsa, bu o ilişki olabilir ya da olmayabilir. Şu anda bir ilişkiniz yoksa geçmişteki bir ilişkinizi düşünün.

Şu sorulara bir göz atın:

- İkiniz nasıl karşılaştınız? Okulda mı, işte mi, yoksa başka bir yerde mi? Arkadaşlarınız tarafından mı bir araya getirildiniz, yoksa biriniz diğerine çıkma mı teklif etti? Aynı grubun üyesi olduğunuz için mi karşılaştınız? İlişkinize yalnızca arkadaşlar olarak mı başladınız? Yoksa sizinki daha başından beri romantik bir ilişki miydi?
- İlk buluşmanızda ne yaptınız?
- *Diğer* kişide en çok çekici bulduğunuz özellikler nelerdi? Diğer bir deyişle, sizi ona çeken şey neydi?
- İlişki partneriniz *sizin* hangi özelliklerinizi çekici buluyordu? Onu size çeken neydi?
- Bu kişinin özel biri olduğunu ilişkinizde ne kadar erken fark ettiniz?
- Eğer ilişkiniz hâlâ sürüyorsa, ikinizi bir arda tutan şey nedir? Eğer ayrıldıysanız, niçin ayrıldınız?
- Son olarak, bu ilişkiden ne öğrendiniz?

bir dizi ekolojik boşluğu doldurabilecek ve ev sahibi çevreyi (insan bedeni) sürekli değiştirerek, parazitleri kontrol altında tutabilecek ve benzerlerini başarabilecek çocukları destekler (Boss, 1999).

İnsanlar eşeyli olarak ürediklerine göre, onlar için uygun bir eş seçimi altında yatan itici güçler nelerdir? Evrimsel psikoloji temelinde eş seçimine ilişkin başka açıklamalardan biri, kadın ve erkeğin farklı üreme stratejilerine sahip olduklarını ileri süren Trivers'ın (1972) *ana babasal yatırım* kuramıdır. Her bir çocuk için daha fazla yatırımda bulunan kadınlar, eş seçiminde daha seçici hem kısa hem de uzun süreli cinsel ilişkiler konusunda daha ayırt edici olacaklar ve olası çocukları için hem yetenekli hem de sorumlu, ev geçindirme becerilerine sahip bir erkek arayacaklardır. Öte yandan erkekler, cinsel ilişkiler, özellikle de kısa süreli olanlar konusunda daha az seçici olacak ve sağlıklı çocuklara gebe kalacak, doğuracak ve çocukları yetiştirecek özelliklere sahip kadınlar arayacaklardır (Buss, 1999).

Evrimsel psikoloji bakış açısı çerçevesinde yapılmış oldukça çok araştırma, çekicilik ve eş seçimi üzerine odaklanmıştır. Buss ve Barnes (1986) iki çalışmada, kadın ve erkeklerin bir ilişki partnerinde aynı niteliklerden birçoğunu istediklerini ortaya koymuşlardır. Örneğin her iki cins de nazik, anlayışlı, zeki ve heyecan verici bir

kişiliğe sahip bir ilişki partneri istiyordu. Böylece insanlar uzun süreli, bağlanılmış bir ilişkiye katkıda bulunacak ve temel ait olma gereksinimini doyuracak özellikler arıyor görünmektedirler (Baumeister ve Leary, 1995).

Ancak cinsler bazı nitelikler açısından birbirlerinden farklılaşıyorlardı. Kadınlar, erkeklerden daha fazla iyi gelir getirme kapasitesine sahip ve üniversite mezunu bir ilişki partneri ararken; erkekler kadınlardan daha çok fiziksel olarak çekici bir ilişki partneri arıyorlardı. Evrimsel bakış açısıyla tutarlı olarak, ayrıca erkekler hem çekici hem de genç; kadınlarsa hem başarılı hem de daha ileri yaşta bir ilişki partneri arama eğilimindedir (Kenrick ve Trost, 1989). Bu tür bulgular farklı kültürler için geçerlidir. Ek olarak, özellikle sıradan ya da kısa süreli bir cinsel ilişki bağlamında erkekler tercihlerinden kadınlardan daha fazla ödün verme eğilimindedirler (Buss ve Schmitt, 1993). *Cinsel Stratejiler Kuramı* (Buss ve Schmitt, 1993; Schmitt, Schakelford, Duntley, Tooke ve Buss, 2001) gerçekte, kadınların ve erkeklerin eş seçimi konusunda farklı kısa ve uzun süreli stratejiler geliştirmeleri nedeniyle, bu farklılıkların değişik biçimlerde ifade edilebileceğini ileri sürmektedir. Örneğin, özellikle kısa süreli ilişkilerde iki cins arasında büyük, bir farklılık erkeklerin daha fazla cinsel çeşitlilik aramalarıdır (Schmitt ve ark., 2001).

Bu bulgulardan birçoğunun tutarlılık ve güçlülüğü nedeniyle -örneğin erkeklerin çekicilik, kadınların ise kaynak araması- ilişki partneri seçimiyle ilgili konuları "şişkin banka hesabına karşılık güzellik" gibi görece dar bir çerçeve içine sığdırmak kolaydır. Fakat eş seçimi tek boyutlu değildir. Feingold (1992), eş seçimiyle ilgili otuz araştırmayı çözümleyerek, kadınların tutarlı bir biçimde ilişki partnerinin kaynak olma gizilgücüne erkeklerden daha fazla değer verirlerken; erkeklerin de tutarlı bir biçimde ilişki partnerinin fiziksel çekiciliğine kadınlardan daha fazla değer verdiklerini ortaya koymuştur. Ayrıca evrimsel ve kültürel açıklamaların uyumlu olduğunu da eklemiştir. Diğer bir deyişle, hemen bütün kültürlerde erkeklerin daha güçlü ve ekonomik kaynakları açısından daha zengin olmaları karşısında, kadınlar amaçlarına ulaşmak için güzellik gibi kişisel kaynaklarını kullanmak durumunda kalmaktadırlar. Eagly ve Wood (1999), Birleşmiş Milletler araştırmacılarının sağladığı verileri kullanarak yaptıkları 37 ülkeye ilişkin çözümlemelerinde cinsler arası eşitlik arttıkça eş tercihlerinin değiştiğini ortaya koymuşlardır. Özgül olarak, cinsler arası eşitlik arttıkça, kadınların daha ileri yaşta ve daha iyi para kazanma olasılığına sahip erkek tercihleri azalırken, erkeklerin daha genç yaşta ve ev işlerinde iyi kadın tercihleri de azalmıştır. Eş olarak, fiziksel anlamda çekici kadın tercihleriyle cinsler arası eşitlik arasında bir ilişki yoktu.

Başka araştırmalar eş seçiminde cinsler arası farklılıklar yaş ve ırk gibi (Sprecher, Sullivan ve Hatfield, 1994) sosyodemografik özellikler temelinde azıcık değişmektedir. Daha başka araştırmalar (Stewart, Stinnett ve Rosenfeld, 2000) kısa ve uzun süreli ilişkiler için partner seçiminde kadın ve erkek tercihlerinin "nitelikli bir farklılaşmış ana babasal yatırım modeli bakış açısı" ile tutarlı olduğunu ortaya koymuştur (s. 843). Cinslerin birçok benzerlik gösterdikleri, hem kadın hem de erkeklerin uzun süreli bir eşte aradıkları en önemli özellikler arasında "güvenilirlik/ dürüstlük", "naziklik/anlayışlılık" ve "bağımlılık" gibi özelliklerin bulunduğu ortaya çıkmıştır. Gerçekten, uzun süreli bir ilişki partnerinde fiziksel çekiciliğin önemini değerlendirirken bile, kadınlar ortalama 7.6 (1 [önemsiz] ile 10 [önemli] arasında

değişen bir ölçekte), erkekler de ortalama 7.7 puan vermişlerdir. Hem erkek hem de kadınlar, kısa süreli ilişki partnerleriyle karşılaştırıldığında, uzun süreli ilişki partnerleri için daha yüksek standart ya da istekler ortaya koymuşlardır.

Böylece kadınlar ve erkekler, özellikle uzun süreli ilişkiler söz konusu olduğunda, ilişki partnerlerinde aradıkları niteliklerin büyük bölümü için benzer tercihlere sahiptir. Eşler yalnızca güzel bir yüze ya da şişkin bir banka hesabına sahip olmanın çok daha fazlası temelinde seçilmektedir. Eğer evrimsel baskılar, kadınların kendilerine geçim sağlayıcı erkekler aramalarına neden olmuşsa, aynı zamanda onları kendileri ve çocukları için güvenilebilir, zararsız ve sadık eşler arama yönünde de etkilemiştir. Ve sırasında erkekler de çekici ve sağlıklı bir görünümden daha fazlasına gereksinim duymaktadır. Sağlıklı biçimde üreyebilen bir kadın, verimli bir biçimde yiyeceğini de arayabilir ve çocuklarını da savunabilir (Hrdy, 1999). Doğa gerçekten karmaşıktır.

Flört

Birçok kişi için çekicilik sürecinin bir bölümü *flört etmedir*. Flört, romantik ilgi göstermek için gülümseme ve biriyle konuşmayı içerir. Flört etme, aynı zamanda göz temasını arttırma, birinin koluna dokunma gibi sözsüz davranışları da içerebilir ve verilen ileti "Seninle ilgileniyorum"dan "Seninle cinsel ilişki istiyorum"a kadar farklı anlamlara gelebilir. Flört etme, kadınlar ve erkekler için, dostça olmakla baştan çıkarıcı olma arasında değişebilir (Koeppel, Montagne-Miller, O'Hair ve Cody, 1993). İşyeri ortamlarında flört etmenin kadınlar için olumsuz etkileri olabilmekle birlikte, birçok kişi için toplumsal ortamlarda flört etme, olası bir romantik partnerle tanışmanın alışılmış bir yoludur. Flört etmenin çağdaş bir biçimi de izleyen alt bölümde tartışılacağı gibi bilgisayar üzerinden gerçekleşmektedir.

Bilgisayar Ortamında Çekicilik

Birçok insan bilgisayar aracılığıyla arkadaşlıklar ya da romantik ilişkiler geliştirmektedir (Knox, Daniels, Sturdivant ve Zusman, 2001). Bilgisayar ilişkilerinin kendine özgü birçok özelliği vardır. Örneğin, belki başlangıçta yüz yüze karşılaşma olmadığından, böyle ilişkiler açılma ve benzeri açılardan daha fazla yakınlığa izin verir (Cooper ve Sportolari, 1997), çünkü başlangıçta yüz yüze görüşme gerçekleşmez. Bilgisayar aracılığıyla gelişen ilişkilerde fiziksel çekicilik daha az önem taşır ve insanlar, fiziksel çekicilik dikkati başka yöne çekmediği için de birbirlerini daha iyi tanıyabilirler (Cooper ve Sportolari, 1997). Fakat bilgisayar ilişkilerinde insanların birbirlerini kandırmaları da yaygın bir durumdur (Knox ve ark., 2001) ve büyük düş kırıklıkları yaşanabilir. Bir bilgisayar ilişkisini, başladıktan sonra yaklaşık bir ay içerisinde yüz yüze ilişkiye çevirme, ilişkinin daha gerçekçi bir temele oturmasını sağlayabilir (Levine, 2000). Bilgisayar ortamında kurulan ilişkilerin düzeyinin zamanla artması beklendiğinden gelecekte bilgisayar üzerinden güvenli, etik ve başarılı ilişkilerin kurulabilmesi konusunda yöntemlerin geliştirilmesi gerekmektedir.

Romantik partnerlerin seçilmesi ve partnerler arasındaki çekim, yakın bir ilişki geliştirmede önemli ögelerden biridir. İlişkinin gelişim sürecine ilişkin farklı bakış açıları bulunmaktadır.

İlişki Gelişimi ve Süreçleri

İlişkiler nasıl ilerler ve gelişir? İlişkinin gelişimi neye benzer? İlişki gelişimi ve kur yapma ile ilgili kuramlar bu soruların yanıtlanmasında yararlıdır.

Toplumsal Giriş Kuramı

Toplumsal Giriş Kuramı (Altman ve Taylor, 1973), ilişkilerde bir açılma süreçleri kuramı olduğu kadar, kapsamlı bir ilişki gelişimi kuramıdır da. Toplumsal giriş kuramına göre, **toplumsal giriş** birisinin özüne ulaşabilmek için toplumsal maskeler ve dış görünümlerden geçilerek daha derinlere girilmesi anlamına gelir. Altman ve Taylor (1973) ilişkileri, iletişim ve ilgili davranışlar da içinde olmak üzere yakınlıkta zamanla düzenli bir artış olarak betimlemektedirler. "Toplumsal giriş (1) toplumsal etkileşimde geçen açık kişilerarası davranışlara ve (2) açık değişimden önce gelen, değişime eşlik eden ve onu izleyen içsel öznel süreçlere gönderme yapmaktadır. Bu deyim, ayrıca tümü gerçek duygusal/coşkusal bileşenlere sahip olan sözlü, sözsüz ve çevresel olarak yönlendirilmiş davranışları içermektedir." (s. 5). Bu kuramın ilkelerinden birine göre, bir diğer kişiyi gerçekten tanımada toplumsal giriş süreci düzenlidir ve zaman içerisinde aşamalardan geçerek ilerler. İkinci bir ilkeye göre de toplumsal giriş bütün gelişim süreci boyunca ödül ve bedellerin değerlendirmesini içerir. Varsayımsal olarak eğer ödüller üstün gelir, yani bedellere ağır basarsa ilişki sürecek, bedeller ağır basarsa da ilişki bitecektir.

Toplumsal girişin önemli bir yönü *açılma*, yani bir kişinin duygu ve düşüncelerini bir diğerine açıklaması sürecidir. Altman ve Taylor'a (1973) göre açılma, *genişlik* (konuların çeşitliliği) ve *derinlik* (konuların yakınlığı) boyutlarında değişir ve ilişki sürdükçe her iki boyutta artışlar olur.

Bu kuram ve diğerleri, kapsamlı araştırma bulgularıyla birlikte hem ilişkinin başlaması hem de sürmesinde açılmanın önemini vurgulamaktadır (Derlega, Metts, Petronio ve Margulis, 1993). Araştırmalar, insanların birbirleriyle yeni tanıştıkları bir laboratuvar ortamında bile, açılma ve toplumsal çekiciliğin hem birbirleriyle hem de olumlu duygularla ilişkili olduklarını göstermektedir (Vittenglve ve Holt, 2000). "Bir tanışma konuşması ya da sohbeti içinde açılmayı, partnerlerin birbirlerine duydukları çekimde, sevgide ve olumlu duygularda bir artış izler" (s. 62). Açılma, ilk buluşmalarında Tomas ve Nora için daha az olmakla birlikte, Alicia ve Dan için önemliydi.

Toplumsal giriş/tanışma süreci, ilişki ömrünün önemli bir yönü olmakla birlikte, Altman'a göre (1975) özel yaşam toplumsal girişin yakınlık yönlerine zıt bir kavramdır ve ilişkilerdeki insanlara denge sağlar. Altman, Vinsel ve Brown (1981) ilişkileri boyunca, partnerlerin yakın ve yüzeysel ilişki ile etkileşimler arasında gidip geldiklerine işaret etmektedirler.

En uygun biçimde işlev görmeleri için bütünleştirilmesi gereken kutupsal zıtlıklar ya da *diyalektikler* önemli bir kavramdır ve 6. Bölüm'de ayrıntılı olarak tartışılmıştır. Toplumsal giriş/özel yaşam diyalektiği Feeney (1999) tarafından incelenmiş olan daha geniş yakınlık/uzaklık konusunun bir örneğidir. Feeney, çıkmakta olan 72 çiftten bağlanma ve ilişki doyumuna ilişkin ölçekler doldurmalarını, ardından ilişkilerini ve partnerleriyle nasıl geçindiklerini anlatmak için beş dakika daha harcamalarını istediği niteliksel bir araştırma yapmıştır. Beş dakikalık betimlemeler ses kayıt cihazıyla kaydedilmiş, çoğaltılmış ve sonra konulara özellikle de uzaklık ve yakınlık konularına göre kodlanmıştır. Uzaklık/yakınlık konuları özellikle de partnerlerine güvensiz bağlananlar için (güvenli bağlananların aksine) önemliydi."72 çiftten 37'sinde en az bir partner, partnerlerin yakınlık-uzaklık gereksinimlerindeki genel farklılıkları açık bir biçimde dile getirmiştir" (s. 579). Bu tür gereksinimlerdeki farklılıklar, erkeklerde doyumla ilişkiliydi (daha büyük farklılıklar daha düşük doyumla). Özellikle, önemli bir bulgu da yakınlık/uzaklık konularının partnerlerde ilişkide ya da dış koşullardaki değişikliklere bağlı olarak dönüşüme uğramasıydı. Fakat birçok çift için sorun çözülmüyor, aksine aynı biçimde devam ediyordu.

Altı farklı çelişki türünün önemini araştıran Baxter ve Erbert (1999) de partneler için dönüm noktası olarak görülen olaylarda yakınlık/uzaklık diyalektiğinin önemini doğrulamışlardır. Bir dizi farklı ilişkisel dönüm noktasında en önemli olduğu düşünülen çelişkiler özerklik/ilişkisellik (uzaklık/yakınlık çelişkisine benzer) ve açıklık/kapalılık çelişkileridir.

Partnerlerin çelişkilerinin olması ve hiç değilse onlardan bazılarını çözebilmeleri, ilişki gelişimi sürecinin önemli bir parçası olmakla birlikte, ayrıca başka birçok etmen de önemlidir.

İlişki Gelişimini Etkileyen Diğer Etmenler

Romantik İnançlar: "Aşk tüm engelleri aşar" ve "Herkes için gerçek tek bir aşk vardır" gibi romantik inançlar, ilişki niteliğiyle *ilişkilendirilmekte* (Sprecher ve Metts, 1989), fakat gerçekte ilişkinin nitelik ya da kararlılığını yordamamaktadır (Sprecher ve Metts, 1999). Araştırmacılar çiftleri dört yıl boyunca dönem dönem değerlendirmişler ve romantik inançların zaman içinde aşka ya da doyuma önemli bir katkı sağlamadıklarını ve hangi partnerlerin ilişkilerini sürdüreceklerini, hangilerinin ayrılacağını yordamada bir işe yaramadıklarını ortaya koymuşlardır. Romantizmin ve erken bir dönemde romantik inançların desteklenmesi, yalnızca erkekler için daha sonraki bağlanmayı yordamıştır; kadınlar için ise bunun tersi doğrudur (bağlanma

romantizmi yordamıştır) (Sprecher ve Metts, 1999). Dolayısıyla bağlanma bir karar ve bu nedenle de bilişsel bir etmen olarak görüldüğü için, romantizm ilişkinin bilişsel yönleriyle ilgili olabilir.

Flora ve Segrin (2000) 100'ü romantik bir ilişki sürdüren, 100'ü de yakın geçmişte ilişkilerini bitirmiş olan toplam 200 kişi üzerinde, ilişkiyi ve diğer nitelikleri değerlendirdiler. Birbirini daha hızlı ve daha derin tanıma (belki daha etkili toplumsal girişi temsil ederek), ilişkiyi "ben" yerine "biz" açısından kavramsallaştırma, ilişkinin zor zamanlarda ayakta kalabilmesini yüceltme ve ilişkide en az düş kırıklığı yaşama ile ilişki doyumu arasında olumlu ilişkilerin olduğunu göstermiştir. Ek olarak, bütün bu etmenlerle bireysel yalnızlık arasında olumsuz ilişkiler vardı. Böylece öyle görülüyor ki ilişkilerimizi (mücadeleleri de içinde) olumlu bir çerçeve içine almak ve kendimizi, ilişkisel takımların üyeleri olarak düşünmek ilişki gelişimi süreci ve doyum açısından önemlidir.

Olumlu Yanılsamalar: Bir ilişki partneri hakkındaki düşünce ve inançlarımız aşırı derecede önemlidir ve araştırmalar, partner hakkındaki düşünce ve inançlarımızın ve partnerin düşünce ya da inançlarının aşırı derecede önemli olduğuna işaret etmektedir (Sanderson ve Cantor, 2001). Murray ve Holmes (1997), ilişkide olumlu yanılsamaların yaşanması ya da ilişki partnerlerinin birbirleriyle ilgili ülküselleştirilmiş inançlar üzerinde (ayrıca bk., Murray, Holmes ve Griffin, 1996a, 1996b) kapsamlı bir araştırma yapmışlardır. Buldukları şey, gerçeğin belirli bir noktaya kadar güzel olduğu, fakat ilişkilerin çok fazla gerçeği de kaldırmadığı idi. Diğer bir deyişle, hiç değilse arada sırada partnerine pembe gözlükler arkasından bakabilmesini sağlamak için bir kişinin partneri (tutumları, inançları, davranışları) hakkında bazı yanılsamalarının olması yararlıdır. Murray ve Holmes (1997) "ilişki yanılsamalarının, hem çıkma ilişkilerinde hem de evli çiftlerde, daha fazla doyumu, sevgiyi ve güveni ve ayrıca daha az çatışmayı ve çelişik duyguları yordadığı"nı ortaya koymuşlardır (s. 586). Kişinin, partnerinin kendisine benzer olduğuna inanması "benzer ruhlar" olma duygusunu desteklemektedir (Murray, Holmes, Bellavia, Griffin ve Dolderman, 2002).

İlişki yanılsamaları, çıkan çiftlerde, ilişki sürekliliğini olduğu kadar, daha ileri dönemlerde doyum artışını da yordamaktadır. İlginç bir biçimde, yanılsamalar genellikle bir bölümüyle gerçeğe dayanır, fakat tam anlamıyla gerçekçi olsalardı, bunlar *yanılsama*dan çok *bilgi* olurlardı. Ayrıca yanılsamalar, ilişkiden alınan öznel doyum duygularından daha fazlasını ifade eder. İlişki partnerlerinin daha iyi davranmalarına ve sonuçta ilişkilerini iyileştirmelerine neden olan olumlu ve iyimser bir görünüm sağlarlar.

Romantik yanılsamalar ve ülkülerle (idealler) ilgili ek araştırmalar da (Knee, Nanayakkara, Victor, Neighbors ve Patrick, 2001) yanılsamaların her zaman yararlı olmadığını -ya da en azından eksikliklerinin her zaman incitici olmadığını göstermiştir. Knee'nin (1998) de belirttiği gibi, bu bir kişinin ilişkiyle ilgili genel felsefesine bağlı olabilir. Eğer biri, ilişkileri *kaderin* yönettiğine, iki kişinin ya birbirleri için yaratıldıklarına ya da yaratılmadıklarına inanıyorsa, bu durumda ülkülerindekinin altında bir partnere sahip olmak, doyumu büyük ölçüde düşürebilir. Öte yandan, eğer bir kişi, bir ilişki geliştirmenin, engellerin üstesinden gelme ve bu süreç içerisinde yakınlaşma olduğuna inanıyorsa, kararsız yanılsamalar böyle bir sorun yaratmaya-

bilir. Gerçekte, Knee ve arkadaşları (2001) hem çıkma ilişkilerinde bireyleri hem de çıkma ilişkilerindeki çiftleri inceledikleri bu çalışmalarında, ilişkilerin kaderle belirlenmiş ya da düzenlenmiş olduğuna değil de değişim ve gelişme alanları olduğuna inanan insanlar için olumlu yanılsamaların daha az güçlü ve daha az gerekli olduğunu ortaya koymuşlardır. Bazı insanlar için, ilişkinin *bugünkü* durumu, *gelecekteki* durumundan daha az önemlidir. Gerçekte, Karney ve Frye (2002) evli eşlerin belirli bir dönemde ilişkilerinin niteliklerinden çok, yakın geçmişte ilişkilerinin iyileşmiş olduğuna daha çok dikkat ettiklerini göstermişlerdir.

Güven: İlişki gelişimiyle ilgili bir tartışma, *partner* güvenini incelemeden tamamlanmış sayılmaz. Boon'a göre (1994), "kişilerarası güven; bir partnerin, diğerinin yararını gözetmeye içsel olarak güdülenmiş olması beklentisidir, hatta partnerin çıkarları farklı bir yöne işaret ediyor bile olsa." (s. 88). Giderek artan bir yakınlığı, daha büyük bir karşılıklı bağımlılığı ve daha yüksek bir incinebilirlik duygusunu içermesi nedeniyle, ilişki gelişiminde hem umut hem de korku, bütün bunlara uygun olarak artmaktadır. Bu nedenle güven, partnerlerin ve ilişkilerinin ilerleyebilmesi için gereklidir (Holmes ve Rempel, 1989).

Güven, *kişinin içsel süreçleriyle ilgili* bir olgudur; bireyler başka insanlara güvenme ya da güvenmeme yönünde bir eğilime sahip olabilirler, ancak güven ayrıca *kişilerarası* bir olgudur da yani bir kişi, özgül bir diğer kişiye ya güvenir ya da güvenmez. Holmes ve Rempel'in (1989) birbirlerine karşı güvenleri yüksek ve düşük çiftlerle yürüttükleri bir çalışmada, her bireyin çatışmalı bir tartışma sırasında partnerlerinin güdülerini nasıl değerlendirdiklerine baktı. Çatışmalı bir tartışmadan hem önce hem de sonra, birbirlerine güvenleri yüksek olan çiftler daha iyimserdiler, partnerlerine olumlu güdüler yüklemeye daha istekliydiler ve genel olarak daha fazla olumlu ve daha az olumsuz tepki gösteriyorlardı. Ayrıca bir ilişkide güven değişmez değildir; ilişkiyle birlikte değişir ve derinleşir. Boon (1994), güven için gerekli niteliklerin güvenilirliği, bağlılığı, karşılık vericiliği ve çatışma çözme yeteneğini içerdiğine işaret etmiştir. Güven, "kör bir bağlılık" değildir, çünkü partnerin kusursuz olmadığının kabulünü gerektirir, ancak yine de kişinin ve partnerinin güdülerinin genel olarak olumlu bir değerlendirilmesini de içerir. Sonuç olarak ortaya çıkan eğilim, ilişkideki olumluları vurgulama ve olumsuzların önemini azaltma yönündedir (Holmes ve Rempel, 1989). En sonunda, birbirlerine tam olarak güvenme kapasitesine başarılı bir biçimde ulaşmış olan kişilerin ilişkilerini bir güven duygusu doldurur (Boon, 1994, s. 102).

Güven sarsıldığında ne olmaktadır? Güvenin sarsılması, partnere ve ilişkiye duyulan güveni aşındırır; kendinden ve partnerden kuşkuyu ve hem şimdiki etkileşimleri hem de uzun dönemli çıktılara ilişkin kötümserliği besleyebilir. Güveni sağlamak güçtür ve sarsıldığında yeniden sağlamaksa daha da güçtür. Güveni sarsmanın yollarından biri ilişkisel ihanet (8. Bölüm'de ayrıntılı biçimde tartışılmıştır), bir diğeri ise aldatma yoluyla olabilir. Yakın ilişkilerdeki partnerler ilişki için bir dürüstlük standardını desteklerler (Boon ve McLeod, 2001) ve gerçekten dürüstlük, insanların olası bir partnerde oldukça değerli buldukları ve istedikleri bir niteliktir (Stewart ve ark., 2000). Ancak yine de insanlar, aldatmayı ve dürüst olmamayı, partneri altüst eden bilgilerden koruma (Boon ve McLeod, 2001) ya da daha çekici bir çıkma fırsatı (Rowatt ve ark., 1999) gibi belirli ilişkisel amaçlara ulaşmak için kabul edilebilir davranışlar/

stratejiler olarak değerlendirebilmektedirler. Belirli bir durumda, aldatma dürüstlükten daha iyi bir seçenek gibi görünebilir, fakat bu riskli bir seçimdir.

Bağlanma: Bir ilişki ilerledikçe, genellikle bağlanma boyutunda gelişir. **Bağlanma**, bir kişinin ilişkiye devam etme niyetini ilan etmesi gibi değişik biçimlerde tanımlanmış (Rosenblatt, 1977) ve ölçülmüştür (ör., Lund, 1985). Bağlanma tanımlarının çoğu genel, kapsamlı bir tutum ve niyete ya da *kişisel bağlanmaya* gönderme yapar, fakat Johnson, Caughlin ve Huston (1999) *ahlaksal bağlanma* (ahlaksal olarak ilişkiyi sürdürme zorunluluğu hissetme) ve *yapısal bağlanmanın* (ilişkiyi bitirme için engellerin bulunması) da genel anlamda bağlanmanın önemli yönleri olduğuna işaret etmektedirler.

Frank ve Brandstätter (2002) kişisel bağlanmaya benzer olan *yaklaşma bağlanmasının*, bir ilişkiyi sürdürme için (ör., duygulanım) olumlu nedenleri temsil ettiğini ve ilişki kalitesinin değişik yönleriyle (ör., iyilik hâli) olumlu ilişkilerin bulunduğunu göstermişlerdir. Diğer yandan, ahlaksal ve yapısal bağlanmaların bir bileşimine benzeyen *kaçınmacı bağlanma*, bir ilişkiyi sürdürme için olumsuz gerekçeleri (ör., ayrılık acısından korkmak) temsil eder ve ilişki niteliğinin değişik yönleriyle arasında olumsuz ilişkiler vardır.

Rusbult (1983), yakın ilişkilerin merkezî bir özelliği olarak bağlanma üzerinde odaklaşma konusunda ısrarlıdır. Yatırım modeline göre, bir kişinin bir ilişkiye yaptığı yatırım miktarı başka ilişkisel nitelikler kadar bağlanmanın da bir göstergesidir. Bir çalışmasında romantik ilişki içindeki 34 partner üzerinde, yatırım ve ödül arttıkça ve bir partner olasılığı azaldıkça, bağlanmanın arttığını ortaya koymuştur. Zaman içerisinde, yatırım ve doyum arttıkça bağlanma da artmış ve seçenekler azalmıştır. Rusbult'un bağlanmayla ilgili çalışmaları, ayrıca genişlettiği karşılıklı bağımlılık kuramıyla da iç içedir (Rusbult, Wieselquist, Foster ve Witcher, 1999).

Karşılıklı bağımlılık kuramı (Drigotas, Rusbult ve Verette, 1999), ilişki partnerlerinin ilişkiye karşılıklı olarak ne ölçüde girdikleri üzerinde durmakta ve iki temel yapı içermektedir. Bunlar; (1) *bağımlılık düzeyi*, bir kişinin kendi gereksinimlerini karşılayabilmek için ilişkiye ne kadar bağımlı olduğu ve (2) *bağımlılığın karşılıklılığı*, partnerlerin ilişkiye bağımlılıklarının/giriş düzeylerinin birbirlerine ne kadar benzediği ile ilgilidir. Yatırım ve doyum yüksek, seçenekler az olduğunda bağımlılık yüksektir. Karşılıklı bağımlılık, bağlanmayı etkileyen bir etmen olarak kavramsallaştırılabilir. Drigotas ve arkadaşları (1999) karşılıklı bağımlılık, bağlanma, güven ve diğer değişkenleri, biri çıkan, diğeri evli çiftlerle olmak üzere iki farklı çalışmada araştırmışlardır. Araştırmacıların kestirmeleriyle tutarlı olarak, "hem bağlanma düzeyi hem de bağlanmanın algılanan karşılıklılığı ilişkilerde sağlıklı işlev görme ile yakından ilişkiliydi" (s. 404). Böylece bağlanma derecesi değil, aynı zamanda bağlanmanın karşılıklılığı da önemli idi. Son olarak güven, bağlanma ile çiftin iyilik hâli arasındaki ilişkiye aracılık ediyordu. Bu bulgular ilişkilerde hem bağlanma hem de

Ayraç Kutusu

Bağlanmanın Doğası

Ya şimdiki ya da yakın geçmişte yaşadığınız bir ilişkiyi düşünün. Aşağıdaki bağlanma türlerinden ve yönlerinden hangileri bu ilişkinin en önemli özelliğidir? Sizce, hangi bağlanma tür ve yönleri en güçlü ve kararlı ilişkileri desteklemektedir?

- *Kişisel bağlanma:* ilişkide kalma yönünde bir tutum ya da niyet
- *Ahlaksal bağlanma:* ilişkide kalmak için ahlaksal olarak zorunluluk duyma
- *Yapısal bağlanma* ilişkiyi bitirmenin önünde engellerin olması
- *Yaklaşmacı bağlanma:* ilişkiyi sürdürmek için olumlu nedenlerin olması
- *Kaçınmacı bağlanma:* ilişkiyi sürdürmek için olumsuz nedenlerin olması
- *Bağlanmanın karşılıklılığı:* partnerlerin bağlanmalarında benzerlik derecesi
- *İlişkinin güdülediği bağlanma:* ilişkide zaman alan sorunsuz ilerleme
- *Olayların güdülediği bağlanma:* daha inişli çıkışlı ve hızlı ilerleme

karşılıklılığın önemini doğrulayarak, güvenin yakın ilişkilerde oynadığı merkezî rolü yeniden doğrulamıştır (Drigotas ve ark., 1999; Holmes ve Rempel, 1989).

Surra ve arkadaşları (Surra ve Gray, 2000; Surra ve Hughes, 1997) evliliğe doğru ilerlerken çiftleri nitelendiren iki genel bağlanma süreci türü belirlemişlerdir. Bunların ilki, *ilişkinin güdülediği bağlanmadır*. Bu, partnere ilişkin olumlu duyguları, partnerlerin uyumluluklarına ilişkin bir değerlendirmeyi ve ilişkinin gelişimi için beklemeye istekliliği içerir. *Olayların güdülediği bağlanma* ise, daha hızlı ve daha aşırı değişmeleri, güven, çelişik duygu sorunlarını (özellikle erkekler için) ve ilişkiyle ilgili belirsizliği içerir. Bağlanmada yavaş bir ilerleme, ayrıca daha sorunsuz bir gelişmenin göstergesi gibi görünmektedir (Sura ve Gray, 2000). Cate, Levin ve Richmond (2002) bağlanmayı, evlilik öncesi ilişki kararlılığının merkezî bir yönü olarak görmektedirler. Bağlanmayla ilgili kendi deneyim ve tutumlarımızı açıklığa kavuşturmak için yukarıdaki Ayraç Kutusu'nu okuyunuz.

Bir ilişki, gelişmeye devam ederken, belirli bir noktada bir dizi farklı biçimde betimlenen (Cate ve Lloyd, 1992; Surra, 1990) gerçek bir elde etme (kur) ilişkisine dönüşür.

Elde Etme Kuramları

Elde etme, bir anlamda ilişki gelişiminin yalnızca bir türü olmakla birlikte çok önemlidir. Elde etmeye ilişkin *uyumluluk modelleri*, ilişki partnerlerinin birbirleriyle ne kadar iyi geçindikleri ya da benzerlik ve farklılıklarıyla ilişkilidir. Bu bölümde,

daha önce, bir ilişkinin temeli olarak benzerliğin önemini tartışmıştık. Orada da belirtildiği üzere, tamamlayıcılık daha az etkili bir temeldir.

Uyumluluğu anlamanın bir yolu, onu ilişkinin farklı evrelerinde farklı biçimlerde başarılan bir şey olarak düşünmektir. Kerckhoff ve Davis (1962), ilişkinin başlangıç aşamasında belirli kişisel ve bağlamsal değişkenlerin, daha ileriki bir evrede kişisel ve ailesel değerler üzerinde anlaşmanın ve çok daha ileriki evrelerde tamamlayıcılık gereksinimlerinin önem kazandığı bir *"ardışık süzme modeli"* önermişlerdir. Daha önce sözü edilen Murstein'in (1976) UDR (uyarıcı-değer-rol) kuramı, ardışık süzme kuramına benzer. Uyarıcı evresinde, fiziksel çekicilik gibi değişkenler önemlidir. Değer evresinde, dinsel ve ahlaksal değerler gibi değişkenler önem kazanmaktadır. Son olarak, rol uyumluluğu en önemli hâle gelmektedir.

Elde etmeye ilişkin *kişilerarası süreç modelleri*, ilişki evreleriyle daha az ilgilenirken, ilişki süreci ya da partner özellikleri ve çevresel değişikliklerin zaman içerisinde nasıl etkileştikleri ve değiştikleriyle daha fazla ilgilenmektedir (Cate ve Lloyd, 1988). Kişilerarası süreç modellerine bir yaklaşım, evliliğe giden yolda çiftlerin karşılaştığı olaylar üzerinde odaklanmıştır (ör., Ciate, Huston ve Nesselroade, 1986; Lloyd ve Cate, 1985) Bu araştırma yaklaşımı, çiftlerle görüşmeyi ve partnerlerden ilişkilerindeki önemli olayları ve dönüm noktalarını belirlemelerini istemeyi içerir (bk., Surra ve Gray, 2000; Surra ve Hughes, 1997). Bu tür olaylar, çiftleri evliliğe yöneltebildiği gibi evlilikten caydırabilir de. Ayrıca bu olaylar, bir zaman çerçevesi içine yerleştirilir ve böylece zamanlamaları, yeğinlikleri ve olumluluk ya da olumsuzluk düzeyleri göz önüne alınmış olur.

Cate ve arkadaşları (1986), elde etme evresinde üç farklı ilişki gelişimi türü belirlemişlerdir. Bir tür, yavaş ve güç ilerleme ile özellik kazanıyor ve *uzamış elde etme evresi* adını alıyordu; diğeri hızlı ve görünürde sorunsuz olan *hızlandırılmış elde etme evresiydi*. Üçüncü tür ise diğer iki tür arasına düşen özelliklere sahipti ve evliliğe doğru sorunsuz bir ilerleyişi içeren *orta elde etme evresiydi*. Orta düzeyin, uzun zamandır pek çok durumda en iyi yaklaşım olduğu düşünülmekte ve bu, elde etme evresinin ilerlemesi süreci için de doğru görünmektedir.

Özet ve Sonuçlar

Çekicilik; bilişsel, duygusal ve davranışsal bileşenlerden oluşan bir tutum türü olarak görülebilir. Çekicilik kuramları; denge kuramlarını (insanlar yakın ilişkilerinde uyuma önem verirler), pekiştirme kuramlarını (iyi ilişkilerin bedellerinden/olumsuzluklarından çok ödülleri/olumlulukları vardır), benzerlik kuramlarını (insanlar birbirlerine ne kadar çok benzerlerse, birbirlerini o kadar çekici bulurlar) ve uyarılma kuramlarını (kişisel uyarılma ve uygun kişilerarası ipuçlarıyla birlikte fizyolojik uyarılma çekiciliği arttırır) içermektedir. Bir kişi, kendisine hiç benzemeyen birini çekici bulduğunda, bu benzemezlik eninde sonunda ilişkiye büyük zarar verebilir ve bu "ölümcül çekicilik" olarak adlandırılır.

Çekicilik, yakınlık ve beden dili (ör., yüz ifadeleri, göz teması, beden yönelimi) gibi çevresel etmenlerden etkilenir. Fiziksel çekicilik, başlangıçtaki çekimde güçlü bir etmendir ve neyin çekici bulunduğu konusunda kültürel olarak hem benzerlikler hem de farklılıklar vardır. Çoğu kez bulabildikleri en iyi görünümlü partneri aramakla birlikte, insanların çekicilik düzeyi kendilerininkine denk partnerler aradıkları düşünülmektedir. Güzellik, bazen iyi bir kişilik ve daha büyük mutluluk ve benzerleri gibi başka olumlu özelliklerle eşdeğer tutulmaktadır. Ayrıca, olumsuz özellikleri, çekici olmayan insanlara genelleme eğilimi de bulunmaktadır. Dahası, istendik özellikler de (güzelliğe ek olarak) çekiciliği artırmaktadır.

Eş seçimiyle ilgili önemli bir kuram evrimsel psikolojiden gelmektedir ve kadınların eş seçiminde erkeklerden daha seçici davranacaklarını, her çocuk için de daha fazla yatırım yapacaklarını ileri sürmektedir. Ek olarak bu kuram aynı zamanda, erkeklerin fiziksel olarak çekici kadınları, kadınların da maddi kaynakları olan erkekleri eş olarak seçeceklerini ileri sürmektedir. Bunun yanı sıra, eş seçiminde cinsiyet farklılıklarının, sosyodemografik özellikler ve belirli bir kültürdeki cinsiyet eşitliği derecesi temelinde biraz değiştiğine ilişkin bazı ipuçları vardır. Flört, ilişkiler biçimlenirken yaşanabilir. Bazı insanlar da bilgisayar ortamında romantik ilişkiler geliştirmektedir.

İlişkiler, toplumsal giriş ya da insanların birbirlerini daha yakından tanımaları süreci nedeniyle gelişebilir. Açılma bu sürecin bir parçasıdır ve açılmanın, bir ilişkinin başında daha geniş olduğu ve ilişki ilerledikçe derinleştiği düşünülmektedir. Özel yaşam, açılmanın önemli bir tamamlayıcısıdır ve gerçekten yakınlıkla uzaklık arasındaki denge yakın ilişkiler için çok önemlidir.

Partnerlerin romantik inançları, ilişkiyi "ben" yerine "biz" olarak görebilme yetenekleri ve birbirlerine ilişkin olumlu yanılsamaları (yanılsamalar biraz olsun gerçeğe dayandığı sürece) gibi bir dizi etmen ilişki gelişimini etkiler. Ayrıca güven de aşırı derecede önemlidir ve güvenin sarsılması ilişkiye ciddi olarak zarar verebilir. Bağlanma bir dizi etmeni içerir ve ilişkinin gelişimi ve devamı için önemlidir.

Elde etme evresi, ilişki partnerlerinin ne kadar iyi geçindiklerini ve birbirlerine ne kadar benzediklerini vurgulayan uyum modellerini içermektedir. Kişilerarası süreç modelleri elde etme evresi süreçlerini ya da partnerlerin ilişkilerini ne kadar hızlı ya da yavaş geliştirdiklerini vurgulamaktadır. Genel olarak, ne çok uzun ne de çok kısa süren bir elde etme evresi ilişkinin başarısı için en iyi seçenektir.

Anahtar Kavramlar

Duygu (s. 24)
Bağlanma (s. 40)
Eşleşme denencesi (s. 30)
Olumlu yanılsamalar (s. 38)
Yakınlık (s. 27)
Benzerlik (s. 25)
Toplumsal giriş (s. 36)

Önerilen Okumalar

Boon, S. D., & McLeod, B. A. (2001). Deception in romantic relationships: Subjective estimates of success at deceiving and attitudes toward deception. Journal of Social and Personal Relationships, 18, 463-476.

Drigotas, S. M., Rusbult, C. E., & Verette, J. (1999). Level of commitment, mutuality of commitment, and couple well-being. Personal Relationships, 6, 389-409.

Felmlee, D. H. (1998). "Be careful what you wih for..."A quantative and qualitative investigation of "fatal attractions." Personal Relationships, 5, 235-253.

Flora, J., & Segrin, C. (2000). Relationship development in dating couples: Implications for relational satisfaction and loneliness. Journal of Social and Personal Relationships, 17, 811-825.

Murray, S. L. & Holmes, J. G. (1997). A leap of faith? Positive illusions in romantic relationships. Personality and Social Psychology Bulletin, 23, 586-604.

Myers, D. G. (2000). The funds, friends and faith of happy people. American Psychologist, 55, 56-67.

Stewart, S., Stinnett, H., & Rosenfeld, L. B. (2000). Sex differences in desired characteristics of short-term and long-term relationship partners. Journal of Social and Personal Relationships, 17, 843-853.

3

Arkadaşlık ve Toplumsal Destek

Arkadaşlık ve Toplumsal Destek Konusunda Ne Biliyoruz?

Arkadaşlık Kuramları

- **Toplumsal Değişim (Mübadele) Kuramı**
- **Hakkaniyet Kuramı**
- **Değişim (Alışveriş) İlişkilerine Karşılıklı Topluluksal İlişkiler**
- **Diğer Arkadaşlık Modelleri**

Arkadaş Olma ve Arkadaşlığı Sürdürme

- **Çevresel Etmenler**
- **Bireysel Etmenler**
- **İkili Etmenler**
- **Durumsal Etmenler**

Yaşam Süresince Arkadaşlık

- **Çocukluk Arkadaşlıkları**
- **Ergenlik Dönemi Arkadaşlıkları**
- **Genç Yetişkin Arkadaşlıkları**
- **Daha İleri Yaşta Yetişkinlik Arkadaşlıkları**

Arkadaşlığın Bozulması ve Yeniden Kurulması

Cinsiyet ve Arkadaşlık

- **Kadınların ve Erkeklerin Arkadaşlıkları**
- **Cinsiyetler Arası Arkadaşlıklar**

Toplumsal Destek

- **Aile ve Arkadaşlardan Alınan Toplumsal Destek**
- **Çiftler Arasında Toplumsal Destek**

İlişki Öyküleri

Mezara Kadar Arkadaşlık

"Hayır, o benim erkek arkadaşım değil. Hayır, onun Jenny ile çıkmasını kıskanmıyorum". Erin, üniversite arkadaşlarından birine Mike ile olan ilişkisini açıklamaya çalışıyordu ve kızmaya başladığını fark etti. Açıklama yapmaktan çok yorulmuştu; hayatı boyunca kendini ve Mike'ı açıklıyormuş gibi hissediyordu.

Erin, Mike ile ilk tanıştığı günü hatırladı. Ailesi, onun büyüdüğü ve ana babasının hâlen yaşamakta olduğu orta batıda küçük bir kente henüz yeni taşınmıştı.

Beyaz çatılı, iki katlı ev, ailesi arabayı garaj girişine park ettiğinde 5 yaşlarındaki Erin'e çok büyük görünmüştü. Eşyaları taşıyan kamyon hâlâ yoldaydı ve her an gelebilirdi.

İlişki Öyküleri (devamı)

Erin ve ailesi o sıcak yaz sabahında arabalarından indiklerinde Erin, komşu evin ön bahçesinde oynayan küçük bir oğlan çocuğunu fark etti. İki çocuk belirli bir uzaklıktan merakla birbirlerine baktılar fakat sonra kamyon geldi ve izleyen birkaç saat koşuşturmayla geçti. Öğleden sonra geç vakit, kapı çalındı ve Erin'in annesi kapıyı açtığında, bir tabak dolusu kekle kapı eşiğinde neredeyse kendi yaşlarında koyu saçlı bir kadın duruyordu.

"Selam. Ben Alice Jones, komşu evde kalıyorum. Yalnızca mahallemize hoş geldiniz demek istedim. Umarım kekleri seversiniz. Bu, oğlum Mike." Alice'in arkasından Erin'in sabah dikkatini çeken küçük çocuk göründü.

"Buyurun içeri girin," dedi Erin'in annesi. İki kadın birkaç dakika sohbet ederken Erin ve Mike ne yapacaklarını bilemeden annelerinin yanında durdular. İki çocuğun aynı yaşta oldukları ve birkaç ay içinde birlikte okula başlayacakları ortaya çıktı. Ertesi gün Mike'ın annesi eşyaları yerleştirebilmesi için Erin'in annesine, Erin'e bakmayı teklif etti. Ve çocuklar -özellikle çıplak ayakla fıskiyenin altında koşarak oynamaya başlayınca- çok çabuk arkadaş oldular.

İlkokulda, çoğunlukla hafta sonları ya da yazları oyun oynuyorlardı. Okulda ayrı arkadaşları vardı; Erin'in kız arkadaşları, Mike'ın erkek arkadaşları. Fakat yine de hâlâ birbirlerinin en iyi arkadaşlarıydılar. Mike suçiçeği olduğunda, Erin onun için resimler yaptı "Geçmiş Olsun" kartları çizdi ve kapılarına bıraktı. Erin her yaz bir haftalığına büyükannesini ve dedesini ziyarete gittiğinde Mike kendini yalnız hissediyordu.

Büyüyüp ortaokula başladıklarında, aralarındaki ilişki de değişmeye başladı. Tam olarak birbirlerinden uzaklaşmadılar, fakat ilgi alanları farklılaştı. Mike spora, Erin ise müziğe yöneldi; bu yüzden birbirlerine ayıracak fazla zamanları olmuyordu. Fakat arada sırada telefonda konuşup ya da Erinlerin arka bahçesindeki piknik masasında oturup olup bitenleri paylaşıyorlardı. Birbirlerini fazla göremiyorlardı, fakat her ikisi de diğerinin olmadığı bir yaşamı hayal bile edemiyordu.

Lise ise farklı bir öyküydü. Herkes birileriyle çıkmaya başlamış görünüyordu ve doğal olarak, Erin ve Mike da başladı. Erin'in ilk gerçek aşkı, ikinci sınıftayken son sınıftaki bir çocukla çıkmaya başladığında kendini gösterdi. Her şey birkaç ay içinde sona erdiğinde Erin yüreğinin parçalandığını hissetti! Ve derdini açmak istediği ilk kişi tabi ki Mike'dı. Mike, hem gerçek hem mecazi anlamda Erin'in başını yaslayıp ağlayabileceği bir omuzdu ve ona erkekler ve nasıl düşündükleri konusunda tavsiyelerde bulundu. Mike da birçok kez birileriyle çıkmıştı ve Erin'e de yanıtlaması için sürekli sorular sorardı: Kızlar ilişkileri hakkında niçin bu kadar çok konuşurlar? Neden bir bağlanma isterler? Neden erkekleri sürekli olarak değiştirmeye çalışırlar? Mike, kızları hiçbir zaman çözülemeyecek bir bilmece gibi görüyordu, fakat ona bu konuda yardım edebilecek tek kişi varsa o da Erin idi. Bazen Mike, Erin'in, tanıdığı tek sağduyulu kız olduğunu düşünürdü ve bazen de Erin, Mike'ın bu dünyada gerçekten güvenilebilecek tek erkek olduğunu düşünürdü.

Mike son sınıfta okul takımında basketbola başladığında, Erin hiçbir maçı kaçırmamayı bir görev edinmişti. Erin, okulun Noel konserinde solo şarkı söylemek için seçildiğinde, Mike ve bütün ailesi okul konser salonunun en ön sırasında oturup ona destek vermişlerdi. Gördüğünüz gibi, yalnızca birbirlerine yakın değil, aynı zamanda birbirlerinin ana babalarına, hatta kız ve erkek kardeşlerine de yakındılar.

Arada sırada arkadaşları onlardan birine neden birbirleriyle çıkmadıklarını sorarlardı fakat aldıkları yanıt kesindi: "Biz arkadaşız!" Lise bitirme töreninde, Erin de, Mike da artık hiçbir şeyin eskisi gibi olamayacağını hissediyordu. Yaşamları başlangıç ve bitişlerle doluydu ve birbirlerinden nasıl kopmayacakları konusunda en ufak bir fikirleri dahi yoktu. Birbirlerini yaşamlarında nasıl tutacaklarını bilmiyorlardı; yalnızca her nasılsa bunu yapacaklarını biliyorlardı. Mike, Batı'daki küçük bir üniversiteye gitmeyi planlamışken, yaz sonuna doğru ansızın fikrini değiştirip, yalnızca birkaç yüz mil uzaktaki bir devlet üniversitesinde karar kıldı. Aynı okula Erin de gitmeyi planladığı için, her ikisi de daha okula başlarken iyi bir arkadaşa sahip olmaktan mutluydu.

Erin de Mike da üniversitede kolaylıkla arkadaş edindiler, fakat yine de birbirlerine yakın olmaktan hâlâ mutluydular. Farklı yurtlarda kalıyorlardı fakat isterlerse yürüyerek birbirlerini görebilmeleri için yeterince yakındılar. Yeni ilgiler ve arkadaşlıklar geliştirdiler. Yine de hâlâ, nerdeyse her gün telefonda konuşuyorlar ve cumartesi akşamları ikisinin de başka bir buluşması yoksa birlikte sinemaya ya da üniversite yerleşkesindeki bir etkinliğe gidiyorlardı.

Arkadaşlıklarının geleceği hakkında sık sık düşünmüyorlardı. Her ikisi de bir meslek sahibi olmayı ve bir gün evlenmeyi hatta çocuk sahibi olmayı planlıyordu. Her ikisi de tam olarak gelecekte nerede, ne yapıyor olacağını bilmiyordu. Yine de bazen gelecekten beklentileri ve düşlemleri hakkında konuşurlardı. Gelecekle ilgili çizdikleri resim ne olursa olsun, o resimde hep birbirlerinin yeri vardı. Çocukluklarından beri söyledikleri gibi, "Mezara kadar arkadaştılar."

■ ■ ■

Yoldan Çıkmak

Tamika paketi aldı ve yurt asansörüne yöneldi. Genelde merdivenleri kullanırdı, fakat bu paket, yedi kat yukarıya taşınmak için çok ağırdı. Paket, oda arkadaşı Jonelle için annesi tarafından gönderilmişti. Jonelle'in geçirdiği bisiklet kazasından beri gelen paketlerin en sonuncusuydu ve hem Jonelle hem de Tamika ev yapımı kurabiyelerin, yeni müzik CD'lerinin ve değişik türlerden diğer şekerlemelerin tadını çıkarıyorlardı.

Bisiklet kazasının üzerinden bir ay geçmiş olmasına karşın hem Tamika hem de Jonelle hâlâ yeni bir düzene uymaya çalışıyorlardı. Tamika, kazanın eğer olacak idiyse, birinci sınıfın ilk dönemi yerine ikinci döneminde olmasından memnundu. İlk dönemlerini okula, yurtta yaşamaya ve oda arkadaşları olmaya alışarak geçirmişlerdi. İlk karşılaştıklarında her ikisinin de eşyalarını yurda taşıdığı güz döneminin başlamasından önceki hafta sonuydu. Jonelle'in dışadönük kişiliği ve biraz uçuk mizah duygusu, bazen Tamika'nın kendisini bir kasırganın orta yerinde yaşıyormuş duygusuna kapılmasına neden oluyordu ancak, yine de hemen kaynaşmışlardı! Tamika daha sessiz ve ağırbaşlı bir kişiliğe sahipti, fakat Jonelle'in etrafında böyle kalabilmek zordu. Jonelle hiçbir şeyi sessiz yapmıyordu!

O cumartesi öğleden sonrası hava birkaç saatliğine yumuşamış ve ısınmıştı Havada ilkbaharı koklayabilirdiniz. İşte böyle bir günde Jonelle'nin dağ bisikletiyle yoldan ayrılmasına neden olan şey, onun bitmek bilmeyen enerjisiydi. Jonelle birkaç arkadaşıyla üniversite yerleşkesi yakınlarında bisiklet sürerken "Hadi patikadan

aşağı inelim." dedi ve yoldan saptı. Arkadaşları onu daha yavaş bir hızla izledikle-rinden, üstünden takla atarak kolu vücudunun altına kıvrılmış bir biçimde becerik-sizce çalıların üstüne düştüğünü görmemişlerdi. Bildiklerinin tümü, Jonelle'in bir dakika önce patikada kendilerinden çok önde olduğu ve sonraki dakika ise çığlık atarak ve "Kırıldı, biliyorum kırıldı!" diyerek kolunu tutmasıydı.

Tamika ise birkaç arkadaşıyla beyzbol maçına gitmişti; bu yüzden olanı biteni ancak bir süre sonra, Jonelle kendisini hastanenin acil servisinden aradığı zaman öğ-renebilmişti. "Tamika, ben Jonelle. Hastaneden arıyorum. Az önce kolumu kırdım, fakat alçıya almaları için annemle babamdan sigorta bilgilerini almaları gerekiyor-muş. Benim için onları arayıp acil servise telefon etmelerini sağlayabilir misin?"

Tamika arkadaşının isteğini yerine getirdi. Daha doğrusu, başlangıçta yapıl-ması gereken her şeyi yaptı. O ve küçük kız kardeşi anneleriyle birlikte büyümüş-lerdi (babaları onlar daha çok küçükken ölmüştü); o nedenle Tamika özellikle bir bunalım anında sorumluluk alıp kararlı davranabilmeyi çok erken yaşta öğrenmiş-ti. Jonelle'in ana babasını aradı ve acil servisten yurt odasına gelmelerine yardımcı oldu. Jonelle'in annesi kızına yardımcı olmak için birkaç günlüğüne şehre gelene dek ona baktı. Bununla da kalmayıp annesine, Jonelle'in okul çalışmaları, doktor randevularına gidip gelmesinde ve birisi hasta olduğunda ya da bir yerini kırdı-ğında büyüyen tüm küçük şeyleri çözümlemesinde yardımcı oldu. Tamika'nın bu kadar becerikli oluşu Jonelle'in annesinin gözünde kaçmadı ve artık geri dönme za-manı geldiğinde Jonelle ve Tamika'ya sıkıca sarılıp kızına, yanında Tamika varken aklının onda kalmayacağını söyledi.

Tamika ve Jonelle'in yaşamları yeniden kararlılık kazanırken, Jonelle, elinden geldiğince kendi başının çaresine bakmaya çabalıyordu. Kendi başına yemek yiyip duş alabiliyor, okula gidip not alabiliyor, postalarına göz atabiliyor ve hatta giyine-biliyordu; genellikle Tamika da birçok küçük şeyi hallediyordu. Jonelle'in yemek tepsisini kafeteryada o taşıyor, yurttaki odalarını o temizliyor ve bugün olduğu gibi paketlerini alıp yukarıya o taşıyordu.

Tamika paket elinde odaya girerken, Jonelle başını tarih kitabından kaldırıp sordu: "O ne?" "Annen sana bir paket daha göndermiş — aaaa, bu seferki gerçekten ikimiz adına gönderilmiş! İçinde ne var acaba? Geçen hafta gönderdiği çikolata par-çalı kurabiyeler müthişti!"

"Gene onlardan yolladıysa hepsi senin o zaman, kızım!" dedi Jonelle. Nefis ku-rabiyeler Tamika'nın yaptıkları için ancak küçük bir teşekkür olabilirdi. Öyle iyi bir oda arkadaşı, hatta oda arkadaşından da öte, öyle iyi bir dosttu ki. Oda arkadaşı olarak eşle-şebileceği onca kişi arasından Tamika'yla eşleşmesi gerçekten büyük bir şanstı.

Hemen hemen yurda yerleştikleri ilk günden, o sıcak ve yapış yapış ağustos hafta sonundan beri arkadaştılar. Doğal olarak her şeyi birlikte yapmadılar, çünkü her ikisinin de ayrı arkadaşları vardı fakat sık sık akşam yemeklerini birlikte yediler, birlikte çalıştılar ve birlikte takıldılar. Tamika, hemşirelik okuyordu ve güz döne-minde sorun yaşadığı bir anatomi dersinden Jonelle'in yardımıyla geçti. Jonelle, onu her sınav öncesinde test edip tüm deyim ve tanımları öğrenip öğrenmediğini sını-yordu. Jonelle konuşma dersine hazırlanırken de ona yardım eden Tamika harika bir dinleyiciydi. İkisinin de dönem sonu not ortalamalarının B olması birbirlerine iyi yardım ettiklerini gösteriyordu.

Birbirlerine başka yönlerden de destek oluyorlardı. Jonelle, ikilinin "boş zaman değerlendirme yöneticisi" görevini yapıyordu. Bu nedenle Tamika'nın her zaman ders çalışıp bunalmamasını, hafta sonları sinemaya ya da partiye gitmesini sağlıyordu. Bazen de Jonelle "fazlaca havaileştiğinde", Tamika onu frenleyip sakinleştiriyordu. Başka bir deyişle, birbirlerini çok iyi dengeliyorlardı.

Tamika ve Jonelle bazen kendilerini iki kız kardeş gibi hissediyor ve tıpkı kardeşler gibi zaman zaman birbirlerine giriyorlardı. Işığın ne zamana kadar açık kalacağı, kimin telefonda daha fazla konuştuğu ve diğerinin çalışmasına engel olduğu, kimin diğerinin kazağını ödünç aldığı ve üzerine Coca Cola döktüğü gibi küçük şeyler hakkında tartışıyorlardı. Fakat çoğu zaman, birbirlerinin yanında yoklar. Tamika, şu anda Jonelle için fazladan bir çift el olmasına aldırmıyordu; Jonelle'in de kendisi için aynısını yapacağını biliyordu. Zaten arkadaşlıklar da bunun için değil miydi?

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Çocukluğunuzdan beri tanıdığınız bir arkadaşınız var mı?
- Sizce, iyi bir arkadaşta olması gereken kişisel nitelikler nelerdir?
- Karşı cinsten yakın arkadaşlarınız var mı?
- Bu arkadaşlıklar, kendi cinsiyetinizden olan arkadaşlıklardan hangi yönlerden benzer ve hangi yönlerden farklıdır?
- Toplumsal destek için gerçekten güvendiğiniz insanlar kimlerdir?
- Onlar da sizin desteğinize güvenirler mi?
- Hiç, size yakın olan biri, desteğine ihtiyacınız olduğu bir anda sizi yalnız bıraktı mı?
- Hiç, size ihtiyacı olan birini yalnız bıraktığınız oldu mu?

Arkadaşlık ve Toplumsal Destek Konusunda Ne Biliyoruz?

Önceki bölümde de betimlendiği gibi çekim, insanları romantik ilişkilerde birbirine çeken güçlü bir süreçtir. Fakat aynı zamanda, herhangi bir aşk ya da aile/akrabalık bağı kadar yakın bir ilişki olabilen **arkadaşlıkta** da temel bir etmendir. Eğer ait olma gereksinimi, gerçekten evrimsel insan kalıtımımızın bir parçası ise arkadaşlık da bu gereksinimin özüdür.

Arkadaşlığı diğer yakın ilişkilerden ayıran bir nitelik, doğasında gönüllü olmasıdır. Ailemizdeki kişilerden farklı olarak, arkadaşlarımız seçilmiştir. Kuşkusuz, romantik partnerler de seçilir, fakat eğer bu partnerlikler yasal evlilikle sonuçlanırsa gönüllü niteliği azalmaktadır. Arkadaşlıklarda ise, gönüllülük yönü hep korunmaktadır. Akrabalık ilişkilerinden farklı olarak, arkadaşlar arasında herhangi bir kan bağı yoktur ve arkadaşlık genellikle, aşk ilişkilerine de yaygın

olan sahiplenme ve cinsellik yönlerini içermemektedir (Rawlins, 1992). Arkadaşlıkta ayrıca, iş ilişkilerinin bir parçası olan önceden belirlenmiş ilişki sözleşmesi de yoktur. Rawlins'e (1992) göre, arkadaşlığın "marjinal konumu" bu ilişki türünü hem güçlendirir hem de zayıflattır ve Rawlins, arkadaşlığın diyalektik doğasını vurgulamaktadır. Rawlins'in önerdiği dört temel diyalektik; bağımsızlık/bağımlılık, duygu/araçsallık, yargı/kabul ve dışavuruculuk/koruyuculuktur (örtüklük ya da özel yaşama benzer).

Arkadaşlığın nasıl ve neden hepimizin bildiği, gözlediği ve yaşadığı gibi işlediğini açıklamak için önerilen birkaç kuram bulunmaktadır.

Arkadaşlık Kuramları

Fehr (1996), arkadaşlıkla ilgili birçok kuram sınıfının açık ve özlü bir betimini yapmıştır. *Bilişsel tutarlılık kuramları* (ya da 2. Bölüm'de *denge kuramları* adıyla geçen), insanların ilişkileri de içinde olmak üzere yaşamlarının, pek çok alanında denge ya da tutarlılık için çabaladığını öne sürmektedir. Sevdiğimiz insanların birbirlerini de sevmelerini isteriz ve ilişki partnerlerimizin (aşk ya da arkadaşlık ilişkisi) bizim sevdiklerimizi sevmelerini, sevmediklerimizi sevmemelerini isteriz.

Gelişimsel kuramlar, ilişki tarihi ya da ilişkilerin zaman içinde nasıl değiştiğini açıklayan kuramlardır. Altman ve Taylor'ın (1973) bir önceki bölümde anlatılan toplumsal giriş kuramı, doğasında gelişimseldir. Hem bir açılma kuramı hem de daha genel bir ilişki gelişim kuramı olarak, bir ilişki gelişirken açılmanın genişlik ve derinliğindeki artışları anlatır. Levinger ve Snoek (1972), partnerlerin bir ilişkilik boyutunda değiştiği bir ilişki gelişimi kuramı ortaya atmışlardır. Boyut üzerindeki 1 noktasında ilişki sıfırdır, iki kişi birbirinin farkında değildir. 2 noktasında tek taraflı bir farkındalık vardır, kişilerden biri diğerinin farkındadır. 3 noktasında kişilerin sınırlı etkileşimde bulundukları yüzeysel temas vardır. 4 noktasında partnerlerin en azından orta düzeyde karşılıklı bağımlı oldukları bir karşılıklılık söz konusudur. 1'den 4'e kadar ilerleme zaman içerisinde gerçekleşir. Levinger (1980, 1983), bu modeli ilişkinin sona ermesini de içerecek biçimde genişletmiş ve sonuçta ABCD modeli ortaya çıkmıştır. Bu modelde ilerleme sırasıyla; Tanışıklık/A, Yapılanma/B, Süreklilik/C ve Kötüleme/D bölümlerinden geçerek Son/E'ye kadar gider.

Fehr (1996), ayrıca davranışsal gelenekler üzerine kurulu ve ilişkileri korumada ödül ve bedellerin önemini vurgulayan *pekiştirme kuramlarını* da tartışmaktadır. Pekiştirme ilkeleri üzerine kurulmuş olup burada özel dikkat gerektiren kuramlar, *toplumsal değişim (mübadele)* ve *denklik kuramlarıdır.*

Toplumsal Değişim (Mübadele) Kuramı

Toplumsal değişim kuramı, Blau (1964) ve diğerleri tarafından ilişkilere uyarlanmış olan bir pazar kuramıdır ve ilişkilerde hem vermeyi hem de almayı vurgular. Ödül, bedel, kazanç ve karşılaştırma düzeyleri gibi kavramları vardır. Hem arkadaşlıklara hem romantik ilişkilere uygulanabilir.

Ödül, bir kişi için doyurucu olan bir pekiştirmedir. *Bedel* bir cezadır fakat aynı zamanda yetişilememiş ya da kaçırılmış ödüller anlamına da gelebilir. Çıktı, bir ödülden bedel çıkarıldıktan sonra geriye kalan ya da belirli bir etkileşimden ya da durumdan geriye kalandır. Son olarak, *karşılaştırma düzeyi* bir kişinin, ülküsel ya da olası çıktılar olarak kestirdikleri temelinde belirli bir etkileşim ya da durumdan beklediklerine verilen addır.

Thibaut ile Kelley (1959), karşılaştırma düzeyini özellikle vurgulamakta ve ayrıca seçenekler için karşılaştırma düzeyinin önemine ya da bir kişinin şimdiki ilişkisi dışında başka biriyle yeni bir ilişki seçeneklerine ilişkin değerlendirmelerine işaret etmektedirler. Thibaut ve Kelley, ayrıca bir ilişki süresince karşılaştırma düzeylerindeki artış ve düşüşlerin önemini de vurgulamaktadırlar. Karşılaştırma düzeylerini ve seçenekleri ilişkisel deyimlerle kavrayabilmek için aşağıdaki örneklere bakınız.

Karşılaştırma düzeyi	Arkadaşımdan bazı davranışları beklerim ve buna hakkım vardır.
Karşılaştırma düzeyinde artış	Arkadaşım zamanla daha iyi biri olursa, ondan daha da iyi biri olmasını beklerim.
Karşılaştırma düzeyinde düşüş	Arkadaşımın verdikleri azaldıkça, ondan daha da azını bekler duruma gelirim.
Seçenekler için karşılaştırma düzeyi	Başka biri daha iyi bir arkadaş olabilir mi?

Pek çok araştırma ve kuramlaştırma çalışması, toplumsal değişim kuramına ayırtkanlık kazandırmıştır. Kelley (1979), yakın ilişkilerin, partnerlerin bireyler olarak ödül ve bedelleri kadar ortak ödül ve bedelleri açısından da değerlendirilmesi ve çıktıların matematiksel olarak hesaplanması gerektiğini öne sürmüştür. Foa ve Foa (ör., Foa, Converse, Törnblom ve Foa, 1993), ilişki partnerlerinin mal, aşk, bilgi, para, hizmet ve konum gibi bir dizi kaynağı aralarında değiştiklerine işaret ederek değişime ilişkin *kaynak kuramını* geliştirmişlerdir. Rusbult'un yatırım modeli ve *karşılıklı bağımlılık kuramı* (ör., Rusbult ve ark., 1999), üzerindeki çalışmaları değişim temelli kuramlara diğer bir örnektir.

Hakkaniyet Kuramı

Değişim kuramının bir uzantısı olan **Hakkaniyet** kuramı (Walster, Berscheid ve Walster, 1973), insanların kişisel çıktılarını en üst düzeye çıkarma, yaptıkları için adil olarak ödüllendirilme ve hakça olmayan davranışlarla karşılaşma olasılıklarını (fazla ya da eksik ödüllendirilme) en aza indirme arzuları temelinde ilişkilerde hakkaniyet sorunlarıyla ilgilidir. Utne ve arkadaşlarının (Utne, Hatfield, Traupman ve Greenberger, 1984) bir çalışması, evlilikte eşlerinin hakkaniyete uygun davrandıklarını düşünen kadın ya da erkeklerin tersini düşünenlerden daha mutlu olduklarını ve ilişkilerini daha kararlı olarak algıladıklarını göstermiştir. Sprecher (2001a, 2001b), duygusal (romantik) partnerlerin bir ilişkide hakkaniyet konularında görece bir anlaşma içinde olduklarını ve fazla ödüllendirmenin değil ama yetersiz ödüllendirmenin daha az doyum, daha büyük sıkıntı ve daha yüksek ayrılma olasılığı ile ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Değişim (alışveriş) ilişkilerine Karşılıklı Topluluksal ilişkiler

Değişim kuramları, ilişki partnerleri arasındaki hakkaniyet kadar ödül ve bedel dengelerini de vurgulamakla birlikte, Clark ve Mills (1979) değişim ilişkileriyle topluluksal ilişkiler arasında bir ayrım yapmışlardır. İlkinde, bir kişi benzer bir ödülün geri döneceği beklentisiyle birini ödüllendirir. İkincisinde ise karşı taraftan bir karşılık beklentisinden çok, o kişinin gereksinimleri temelinde ödüllendirme söz konusudur. Arkadaşlık, ailesel ya da duygusal (romantik) ilişki biçimindeki topluluksal ilişkilerde, vermenin amacı beklenti ya da zorunluluk olmaksızın gereksinimi duyulanı vermektir.

Topluluksal ilişkilerle değişim ilişkileri arasındaki ayrımı pek çok deney desteklemiştir. Bir çalışmada Clark, Mills ile Powell (1986), bazıları bir başka kişiyle değişim ilişkisi bazıları topluluksal ilişki isteyen katılımcıları değerlendirdiler. Karşı taraf aldığı ödüllere karşılık verebilecek bir konumda olduğunda, değişim ilişkisi isteyenler partnerin ihtiyaçlarına daha duyarlıydılar. Karşı taraf aldığı ödüllere karşılık veremeyecek bir konumdayken ise, topluluksal ilişki isteyenler partnerlerinin ihtiyaçlarına daha duyarlıydılar. Bir değişim ilişkisinin mi, yoksa bir topluluksal ilişkinin mi söz konusu olacağı, ilgilenilen özgül ilişkiye ya da bireyin ilişkilerine genelde nasıl yaklaşma eğiliminde olduğuna bağlı olabilir (Erber ve Erber, 2001).

Erber ve Erber (2001), topluluksal ilişki-değişim ilişkisi ayrımına bazı eleştirilerin getirildiğine işaret etmektedirler: Eleştirilerin bir nedeni, ayrımın yalnızca laboratuvar araştırmalarına dayalı olması; ikincisi ise "topluluksal ilişkilerin, oldukça uzun bir dönem açısından düşünüldüğünde değişim ilişkileri olup olmadıkları" sorusudur (s. 106). Weiss (1998) de en çok topluluksal ilişkilerde değişim ögelerinin bulunduğunu ileri sürmektedir. Bazı ilişkiler, öncelikle değişimsel ve bazıları da öncelikle topluluksal bir özellik taşıyabilir fakat arkadaşlıkları da içeren pek çok ilişki hem değişimsel hem de topluluksal özelliklere sahiptir. Bir başka deyişle, arkadaşlarımıza gereksinimleri temelinde veririz fakat gelecekte bir zaman ihtiyacımız olduğunda arkadaşlarımızdan karşılık vermelerini de bekleriz. Karşılıklılık, kesin bir biçimde ölçülemez ancak, beklenir ve yokluğu fark edilir.

Diğer Arkadaşlık Modelleri

Arkadaşlığı, bir dizi boyutta gelişen bir süreç olarak görmek gerekir ve gerçekten, Blieszner ve Adams (1992), psikolojik ve sosyolojik bakış açılarını kaynaştıran çok boyutlu bir daha ileri yaşlı yetişkin arkadaşlık modeli önermişlerdir. Yazarlar, yaş, cinsiyet ve kişilik biçemi gibi bireysel özelliklerin arkadaşlık örüntülerini etkilediğine ve arkadaşlığın biçimlenmesinin değişik kültürel, yapısal ve tarihsel bağlamlarda gerçekleştiğine işaret etmişlerdir. Adams ve Blieszner (1994), arkadaşlığın hemen tüm bileşenlerini kimliklemeye çalışan bu modeli geliştirmiş ve bireysel özelliklerin arkadaşlık örüntülerini *davranışsal bir motif* ya da bir yaşam ve arkadaşlık "yapma" biçemi yoluyla etkilediğine işaret etmişlerdir.

Arkadaşlığın karmaşık yapısını kavramsallaştırma çok zor olabilir fakat bu karmaşıklıkları ölçmeye çalışma daha da yorucudur. Dugan ve Kivett (1998), emeklilik sonrası başka bir yere taşınmış 300 kadar yaşlı yetişkini tarayarak, Adam ve

Bliesznerin (1994) modelini kısmen işe vuruk hâle getirmiş ve belirli bireysel özelliklerin, arkadaşlık örüntülerini etkilediğini ortaya çıkarmışlardır. Örneğin kadın katılımcılar, kendilerini en iyi arkadaşlarına erkeklerde olduğundan daha yakın olarak algılamışlardır. Daha da ilginci, yakınlığın en önemli arkadaşlıklar üzerinde olumlu bir etkisi yoktu çünkü "en sıcak duygu ve düşünceler, daha uzakta yaşayan arkadaşlara ayrılıyordu." (Dugan ve Kivett, s. 620). Özetle bu karmaşık model, yazarların arkadaşlıkla ilgili bulgularını yansıtmakta yetersiz kalmış olmasına karşın, yaşlı yetişkinler arası arkadaşlıkların belirli yönlerini aydınlatmada yine de umut vermektedir.

Bilim insanları, arkadaşlıkların gelişimi ve sürdürülmesi ile ilgili geniş bir dizi model geliştirmiş olmakla birlikte, Cole ve Bradac (1996) arkadaşlık ilişkileri içindeki sıradan insanların, arkadaşlık konusunda gerçekten neler düşündükleri ile ilgilenmişlerdir. Önceki araştırmalar temelinde yazarlar, en iyi arkadaşlıkları nitelediği düşünülen kabullenme, güven, toplumsal destek ve benzeri nitelikleri kimlikliediler. Fakat yazarların özellikle üzerinde durdukları nokta, genel anlamda bir arkadaşlık değil, bir arkadaştan ve arkadaşlıktan alınan doyumdu. Başlangıçtaki soruları "İnsanların, bir en iyi arkadaştan doyum almalarının nedenleri nelerdir?" idi (s. 61).

Cole ve Bradac (1996), bir dizi çalışmada bu soruya yanıt aramışlardır. Yazarlar, ilk çalışmalarında 221 kişiden, doyum verici bir arkadaşlık için bir en iyi arkadaşta bulunmasını bekledikleri nitelik ve özellikleri sıralamalarını istediler. Böylece, pek çok farklı madde türetilmiş ve bunlar en iyi arkadaşta arzulanan 43 özelliğe indirilmiştir. İlginç bir biçimde bu özellikler önemlerine göre sıralandığında, kadın ve erkeklerin sıralamaları arasında belirgin bir farklılık yoktu; dolayısıyla genel olarak özellikler arkadaşlıklar için önemli ve cinsiyetle ilişkisiz görünüyordu. Ek olarak yapılan karmaşık çözümlemeler, bu 43 özellik altında yatan üç boyut ortaya çıkarmıştır: bir etkinlik boyutu, bir yakınlık boyutu ve bir partner tavrı boyutu.

Cole ve Bradac (1996) son çalışmalarında, insanların bu özelliklerin nedensel olarak nasıl ilişkilendirebileceği hakkındaki görüşlerini belirlemeye çalıştılar. Ayrıca işlemi, bir en iyi arkadaştaki hangi niteliklerin daha önemli ya da daha merkezî görüldüğünü belirlemede kullandılar. Yazarlar, değerlendirme ve çözümleme için küçültülmüş bir nitelikler takımı kullanarak, 14 nitelikten yalnızca birkaçının, bir arkadaşlıkta doyumun doğrudan ya da yakın nedenleri olduğunu ortaya koydular. Bunlar, "cana yakınlık", "hataları kabul etme" ve "kötüye kullanıcı olmama" idi. Sırasında bu nitelikler, başka nitelikler tarafından etkileniyordu; öyle ki eğer bir arkadaş doğrudan niteliklerden birine sahipse, etkileyen niteliklere de sahip olduğu varsayılıyordu. Örneğin, hatalarını kabul eden biri açık görüşlü, duygusal açıdan dengeli ve iyi iletişim becerilerine sahip biri olarak görülüyordu. Bu, 2. Bölüm'de de tartışılan bir niteliğin birçok başka niteliğe genellendiği "güzellik eşittir iyilik" görüşüne çok benzemektedir.

En sonunda, Cole ve Bradac (1996), bir en iyi arkadaşta en önemli merkezî niteliklerin "cana yakınlık", "duygusal açıdan dengelilik", "iyi iletişim becerilerine sahip olma", "yaşamda esin ve zenginlik kaynağı olma", "açık görüşlülük" ve "toplumsal olarak beğenilme" olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu çalışmalar dizisinin yararlı bir katkısı, insanların "en iyi arkadaşlar arasında doyumun nedenleri ile ilgili özgül ve karmaşık inançlarının olduğu" görüşünü doğrulamasıdır (s. 79).

Arkadaşlıkta doyum ve genel olarak arkadaşlıkla ilgili kuramlar önemlidir, fakat bunlar arkadaşlık bilmecesinin yalnızca bir parçasıdır. Arkadaşlıkları biçimlendiren ve sürdüren gerçek nitelik ve süreçler de önemlidir.

Arkadaş Olma ve Arkadaşlığı Sürdürme

Hem aile içi ilişkiler hem de aşk ilişkileriyle karşılaştırıldığında, arkadaşlıklarla başa çıkma görece kolay olabilir fakat doğalarında gönüllü olmaları ve insanlık bağları açısından taşıdıkları önem nedeniyle gerçekte, oldukça karmaşıktırlar. Fehr (1996, 2000) arkadaşlık üzerinde ayrıntılı olarak yazmış ve arkadaşlığın biçimlenebilmesi için bir araya gelmesi gereken dört etmen düzeyi belirlemiştir; çevresel, bireysel, ikili ve durumsal.

Çevresel Etmenler

Bir arkadaşlığın gelişmesi için iki kişinin karşılaşması gereklidir (bir bilgisayar tanışıklığı dışında) ve çoğu arkadaşlıklar okulda, sitelerde, kapalı yerleşim alanlarında (planlı topluluklar, emeklilik toplulukları, askerî üsler) ve işyerlerinde başlar. Ayrıca arkadaşlıklar ibadet yerleri (kilise) gibi gönüllü örgütler ve aile ile hâlen sahip olunan arkadaşlar aracılığıyla da edinilir. Bu süreçte çevre gerçekten oldukça önemlidir çünkü iki kişi arkadaşlık için bir gizilgüce sahip olabilirler fakat hiç karşılaşmazlarsa bu gizilgücü gerçekleştiremeyeceklerdir. Bu bölümdeki İlişki Öyküsü'nün her ikisi için de fiziksel yakınlık önemli bir etmendi.

Bireysel Etmenler

Önceki bölümde tartışılan duygusal (romantik) çekimle ilgili niteliklerin birçoğu ayrıca fiziksel çekicilik, toplumsal beceriler ve karşılık vericilik de içinde olmak üzere birçok nitelik arkadaşlıkla da ilgilidir (Fehr, 2000). Daha önce de belirtildiği gibi, Cole ve Bradac (1996) insanların, cana yakınlık ve iyi iletişim becerilerine sahip olma gibi nitelikleri de önemli gördüklerini ortaya koymuşlardır.

İkili Etmenler

Bireysel etmenlerin ne zaman bitip ikili etmenlerin devreye girdiğini bilmek, bazen çok zordur. Örneğin, fiziksel çekicilik bütünüyle bireyseldir fakat açılma hem bireysel (bir kişi tarafından verilen) hem de ikilidir (ilişkisel bir bağlamda). Hays (1984), üniversite öğrencilerinde arkadaşlıkların gelişimini incelemiş ve duygulanmanın, birlikte olmanın, düşünceliliğin ve iletişimin/açılmanın davranışsal ögelerinin tümünün başarılı olarak ilerleyen arkadaşlıklarda daha az başarılı olanlardakinden daha sık ve daha büyük bir yoğunlukla gerçekleştiğini ortaya koymuştur. Bu nedenle, arkadaşlık kendiliğinden olmamakta, çaba da gerektirmektedir.

Arkadaşlıklarda duygusal çekimde bir güç olan benzerlik de önemlidir. Arkadaşlar benzer kişilik özelliklerine sahip olmak zorunda olmamakla birlikte, aynı etkinliklerin çoğundan zevk aldıklarında ve dünyaya benzer bakış açılarından bak-

tıklarında arkadaşlıkları çok daha iyi gitmektedir (Fehr, 1996). Okuma parçalarına dönecek olursak Tamika ve Jonelle, kişilik biçemlerinin çok farklı olmasına karşın, arkadaş olmuşlardır. Dahası, arkadaşlar arasında iletişim biçemleri ve toplumsal beceriler arkadaş olmayanlar arasında olduğundan daha benzerdir (Fehr, 2000).

Yakınlık ve özeli yaşama da arkadaşlıklarda önemli kavramlardır. Parks ve Floyd (1996), kadın ve erkeklerin başarılı aynı cins ve karşı cins arkadaşlıklarında yakınlık ve özeli yaşamayı nasıl algıladıklarını açıklığa kavuşturmak amacıyla önceki araştırmalarını genişletmişlerdir. Katılımcılar *yakınlık* sözcüğü için 13 farklı anlam türetmişlerdir ve "açılma" açık arayla en sık verilen anlam olmuştur. İlk beşe giren diğer anlamlar "yardım ve destek", "paylaşılan ilgi ve etkinlikler", "ilişkisel anlatım" ve "rahatlama ve huzur"'dur. *Yakınlık* için hem kadınlar hem de erkekler tarafından hem aynı cinsten hem de karşı cinsten arkadaşlıklar için benzer anlamlar verilmiştir.

Katılımcılara ayrıca özeli yaşama ya da özel ilişki kavramını yakın arkadaşlıklar için kullanıp kullanmayacakları da sorulmuştur ve yaklaşık yarısının evet demesine karşın, diğer yarısı hayır demiştir. Bu ilişkilerde *yakınlık kavramı ile özeli yaşamayı* aynı anlamda kullanmamanın başlıca nedenleri, özeli yaşamanın romantik ya da cinsel çağrışımlar yaptırması ve arkadaşlık için kullanılmaması gerektiğine inanma ek olarak da arkadaşlığın gerçekten özel olabilmesi için arkadaşların kişisel olarak kendilerini yeterince derin açmadıkları inancıdır. Bu özel çalışmada, yakınlık buna uygun olarak, iyi arkadaşlıkların tutarlı bir parçası, özel ilişki ise daha değişken olarak düşünülmüştür.

Durumsal Etmenler

Arkadaşlık durumunda, arkadaşların birbirleriyle görüşme sıklıkları (birbirlerine ne kadar yakın oturdukları gibi pek çok şeyden etkilenir) ve etkileşimi sürdürme olasılıkları gibi bir dizi etmen etkilidir. Arkadaşlığı sürdürmede arkadaşların ulaşılabilirliği de önemlidir. Örneğin, coğrafik olarak taşınma nedeniyle birçok kişi arkadaş kaybı yaşamıştır fakat arkadaş kayıpları, evlilik nedeniyle de yaşanmaktadır. Evlilik bireylerin yaşam ve önceliklerini öylesine değiştirir ki, bir zamanlar merkezî önemi olan arkadaşlar, yeni evlenmiş bir çiftin yaşam biçeminde daha kenarda kalırlar. Fehr (2000), belirli sayıda arkadaşı içeren ve daha fazlasına kapalı bir *"arkadaşlık bütçesinden"* söz etmektedir. Eğer iş, okul, bir romantik partner, aile yükümlülükleri ve devam eden arkadaşlıklarla aşırı derecede meşgul olursak, ne kadar ilginç ya da çekici olursa olsun yaşamımızda yeni bir kişiye ayıracak yerimiz kalmayabilir.

Arkadaşlıkları kolaylaştıran ve engelleyen diğer bir toplumsal/çevresel etmen de **toplumsal ağ**, bir başka deyişle "bireyin arkadaşlarını ve akraba ilişkilerini kapsayan yakınlar çevresidir (Milardo ve Helms-Erikson, 2002, s. 33). Sık sık, gelişen bir duygusal ilişki ya da arkadaşlığa zemin hazırlayan işte bu ağdır. Arkadaşlık, toplumsal ağı; (1) *ağ örtüşmesi* ya da iki arkadaş tarafından paylaşılan ağ üyelerinin oranı; (2) *sınır yoğunluk* ya da her iki arkadaşın da toplumsal ağlarının üyeleri arasındaki karşılıklı bağlantılar ve (3) *ağlar arası temas* ya da her arkadaşla diğer arkadaşın toplumsal ağı arasında iletişim açısından betimlenebilir (Milardo ve Helms-Erikson, 2002). Eğer iki arkadaşın yoğun ve örtüşen ağları varsa, bu

toplumsal etkileşimlerini kolaylaştırabilir ve arkadaşlarının zaman ve ilgisi için öteki ağ üyelerinin yarışmasını azaltır. Fakat örtüşen ağların bir bedeli de vardır. Örneğin, çok örtüşen toplumsal ağları olan ve aralarında bir anlaşmazlık bulunan arkadaşlar bu durumu ağ üyesi bir ya da iki kişiye açacak olurlarsa, anlaşmazlıkları konusunda tanıdıkları hemen herkesin bilgisinin olacağını düşünebilirler. Toplumsal ağlarınız çok fazla örtüşüyorsa, "Kaçabilirsiniz, fakat bir şey saklayamazsınız."

Fehr (1996, 2000) çevresel, bireysel, ikili ve durumsal etmenlerin, birlikte başarılı arkadaşlıkların gelişiminde taşıdıkları önemi çok iyi ortaya koymuştur. Bu bölüm için İlişki Öyküsü'ni düşünün. Erin ve Mike için kapı komşusu olmaları, uyumlu kişiliklere sahip olmaları ve hatta birbirlerinin ailelerini tanıyor olmaları hep arkadaşlıklarını güçlendirmede yardımcı olmuştur. Tamika ve Jonelle için de tamamlayıcı kişilik biçemlerine sahip olmaları ve aynı odayı paylaşmaları arkadaşlıklarına katkıda bulunmuştur fakat durumsal bir olay olan Jonelle'in bisiklet kazası, ikilinin arkadaşlığını iyice ilerletmiştir. Yakın arkadaşlıklarınız üzerindeki temel etkileri ele almanızda yardımcı olarak izleyen Ayraç Kutusu'na bakınız.

Yaşam Süresince Arkadaşlık

Arkadaşlık, ömür boyu önemlidir ve değişik yaş ve yaşam evrelerindeki arkadaşlıklar arasında birçok benzerliğin olmasına karşın, bazı farklılıklar da bulunmaktadır.

Çocukluk Arkadaşlıkları

Selman (1981), okul öncesi yıllardan orta ergenlik dönemine kadar uzanan süreyi kapsayan çocukluk arkadaşlıkları için bir model önermiştir. Evreler, yüzeysel oyun ve geçici işbirliklerin gözlendiği kısa süreli oyun arkadaşlıklarından, özerk karşılıklı bağımlı arkadaşlıklara ya da bağımsızlık ve bağımlılığın sağlıklı bir biçimde dengelendiği arkadaşlıklara doğru ilerler. Schofield ve Kafer (1985), çocukların kişilerarası anlayışı ve arkadaşlık becerilerini yavaş yavaş, belki geniş evreler içinde geliştirdikleri görüşüne katılmakta fakat evreleri katı sınırlara sahip dönemler olarak görmemektedirler. Bireysel olarak çocuklar farklı, kızlar ve erkekler biraz daha farklı gelişirler ve gelişim düzensiz ve hatta döngüsel bir süreçtir.

Rose ve Asher (2000), arkadaşlığın çocuklara yalnızlığı azaltma, kurbanlık ve zorbalıktan koruma ve okula uyumun değişik yönlerine sağladığı yararları tartışmaktadırlar. Ayrıca arkadaşlığın çocuklara sağladığı altı yararı belirlemişlerdir: (1) geçerlilik kazandırma ve benliğe destek, (2) duygusal güvenlik, (3) açılma, (4) yardım ve yol göstericilik, (5) güvenilir dostlar ve (6) arkadaşlık ve uyarılma. Rose ve Asher'in işaret ettikleri gibi, çocukluk arkadaşlıkları çocuklar büyüdükçe giderek daha karmaşık ve kararlı bir hâle gelmekle birlikte, "çok erken çocukluk arkadaşlıkları bile önemlidir ve oldukça kalıcıdır" (s. 47). İlişki Öyküsü'nde anlatıldığı gibi, Mike ve Erin için durum bu idi.

Ayraç Kutusu

Yakın Arkadaşlıklar Üzerindeki Etkiler

Yakın arkadaşlıklarınızdan birini düşünün. Bu, en iyi arkadaşınız ya da sizin için önemli olan bir başka arkadaş olabilir. Şu soruları düşünün:

- İkiniz nasıl tanıştınız? Okulda aynı sınıfta mıydınız ya da bir toplumsal etkinlikte, bir spor takımında, kampta mı, yoksa mahallede mi tanıştınız?
- Daha ilk andan iyi arkadaşlar olacağınızı hissettiniz mi, yoksa arkadaşlığınızın gelişmesi biraz zaman mı aldı?

Şimdi bu bölümde tartışılan bazı etmenler üzerinde düşünün (çevresel etmenler, bireysel etmenler, ikili ya da ilişkisel etmenler ve durumsal etmenler):

- Düşündüğünüz arkadaşlıkta bu etmenlerden hangisi en önemliydi? En büyük farkı yaratan sizin bireysel nitelikleriniz miydi? Yoksa içinde yaşadığınız çevre mi? Arkadaşlığınızı daha iyi hâle getiren ya da neredeyse yok eden bir olay ya da durum oldu mu?
- Şu anda arkadaşlığınızı güçlendiren nitelikler nelerdir?

Arkadaşlıkta bu farklı etmenler kadar, bu etmenlerin içinde gözlendiği gelişim dönemi de önemlidir. Bliesznerve Adams'ın (1992) çok-boyutlu arkadaşlık modellerinde, bireysel özellikler arkadaşlık örüntülerini kültürel, yapısal ve tarihsel bağlamlar içinde etkilemektedir. Bundan sonra yaş ve gelişimsel dönemlerin tartışılmasına geçilecektir.

Küçük çocukların (hatta yaşlı yetişkinlerin) arkadaşlıkları üzerinde dururken, aile içindekileri gözden kaçırmak kolaydır fakat birçok arkadaşlık orada bulunabilir. Hart'ın (2001) da belirttiği gibi, "Küçük kardeşlerin birbiri için sağladıkları büyüleyici arkadaşlık ve dostluk, çoğu ailenin elinin altındadır. Bir kez kurulduktan sonra bu bağlar ömür boyu sürer. Gerçekte kardeşlik ilişkileri, bütün yaşamımız boyunca diğer tüm ilişki biçimlerinden daha uzun ömürlüdür." (s. xiii).

Ergenlik Dönemi Arkadaşlıkları

Aynı cinsten arkadaşlar edinmenin merkezî bir görev olduğu ergenlik, temel görevlerinden biri arkadaşlık olan gelişimsel bir dönemdir. Collins ve Laursen (2000), ergenlik ilişkilerinin özde, aile ilişkilerinden evrim geçirerek ortaya çıktığı bir süreci özetlemişlerdir. Kuşkusuz, çocukluk ilişkileri ergenliğe kadar bozulmadan korunabilir fakat buradaki temel nokta, çocukların ailede ilişkilerin nasıl yürüdüğüne bakarak arkadaşlık ilişkilerinin nasıl yürütüleceği konusunda çok şey öğrenmeleridir. Ergenlikte, aile ilişkileriyle akran ilişkileri (arkadaşlıklar) giderek artan biçimde farklılaşır fakat daha sonra erken yetişkinlik döneminde bu iki ilişki türü, bütünleşmiş ve "tek bir toplumsal yapının" bir parçası hâline gelir (s. 60).

Ergenlik boyunca, toplumsal ağlar genişler ve arkadaşlıklar daha karmaşık ve daha merkezî hâle gelir. Arkadaşlıklar, bazı bakımlardan daha sonraki duygusal (romantik) ilişkiler için bir eğitim alanıdır. Diğer bir deyişle, arkadaşlıklar yoluyla ergenler toplumsal becerileri ve iletişim süreçlerini öğrenirler. "Arkadaşlıklar, ergenlik boyunca en önemli destek kaynağı olarak algılanır ve bu dönemde özel ilişki, karşılıklılık ve açılma tepe noktasına ulaşır." (Collins ve Laursen, 2000, s. 67). Arkadaşlık hem kızlar hem de erkekler için aşırı derecede önemli olmakla birlikte, ergen erkekler daha geniş ve daha kapsamlı arkadaşlık ağlarına sahip olabilirken, kızlar da daha derin ve daha yoğun arkadaşlık ağları geliştirebilir (Fehr, S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992a). Ayrıca, ergenlerin eşit derecede başarılı farklı arkadaşlık türleri yaşabileceklerini görmek de önemlidir (Way, Cowal, Gingold, Pahl ve Bissessar, 2001).

Genç Yetişkin Arkadaşlıkları

İleri ergenlik dönemindeki gençler, genç yetişkinliğe doğru ilerlerken, büyük bir olasılıkla arkadaşlık, ailesel ve duygusal ilişkilerini bütünleştirirler. Arkadaşlar sırdaş, toplumsal destek sağlayıcı ve birlikte eğlenme ve dinlenmeden zevk alınabilecek dostlardır (Fehr, 2000). Gerçekten daha önce, bu bölümde tartışılan arkadaşlık üzerine kuram ve araştırmaların çoğu, genç yetişkinlik dönemi arkadaşlıklarıyla ilgilidir.

Genç yetişkinler, arkadaşlarına değer verir ve arkadaşlıklarını korumak için hem açık hem de örtülü yöntemler uygularlar. Bu yöntemlerden üçü özellikle önemlidir: destekçilik, açılma ve birlikte vakit geçirme (Fehr, 2000). Birlikteyken özel bir şey yapmayıp yalnızca zaman geçirme öyle görülüyor ki yalnızca arkadaşlıklar için değil, romantik ilişkiler için önemli bir bağlayıcı güçtür.

Yine de genç yetişkinlikte, arkadaşlıklar ne kadar önemli olursa olsun, eğer genç yetişkinler, evlenir ya da başka türlü sürekli partner ya da eşler bulurlarsa, arkadaşlıklar önemlerinden kaybedebilir. Çocukların doğumu da bazen derinleştirerek bazen de zayıflatarak arkadaşlıkları etkiler. Aile ya da geniş aile içinde daha fazla toplumsal gereksinim karşılanabilir; gerçekten, aile bağlılıkları arkadaşlıklar için daha az zamanın kalacağı anlamına gelebilir (Dickens ve Perlman, 1981). Ancak, insanlar yaşlanıp aile yükümlülükleri değiştikçe, arkadaşlıklar yeniden önem kazanabilir.

Daha İleri Yaşta Yetişkin Arkadaşlıkları

Arkadaş edinmenin yaşı yoktur. Shea, Thompson ve Blieszner (1988), huzurevine yeni yerleşmiş ve eski arkadaşlıklarından bazılarını sürdürmeye ek olarak, yeni arkadaşlar da edinmiş olan daha ileri yaşta yetişkinlerle görüşmüşlerdir. "Sevgi", "iletişim" ve "saygı", eskilerde olduğu kadar yeni arkadaşlıklarda da aranan niteliklerdi ve sevme düzeyi her iki türden arkadaşlıklarda eşit derecede yüksekti. Fakat eski arkadaşlar "daha büyük bir duygusallıkla seviliyorlardı" (s. 88).

Blieszner'in (2000) de belirttiği gibi, yaşlı yetişkinler için hem arkadaşlıklar hem de aile ilişkileri önemlidir; bunlar farklı kaynak ve destek sağlarlar. Aile üye-

leri, ev işleri ve sürmekte olan diğer işler için daha çok yardımda bulunabilirken; arkadaşlar duygusal destek ve dostluk kaynağıdırlar. Yine de bu görev farklılığı kesin olmaktan uzaktır, çünkü arkadaşlar ayrıca araçsal destek de sağlayabilir ve aile üyeleri de duygusal ve psikolojik destek verebilirler.

İnsanlar yaşlandıkça, ikincil ilişkilerinden bazılarını bırakabilirler, fakat "en anlamlı buldukları kişilere olan duygusal yakınlıklarını arttırırlar" (Blieszner, 2000, s. 92). Yaşlı yetişkinlerde arkadaşlık başarısını arttırmanın bazı yolları vardır. "Eğitim programları, kendine yardım grupları ve resmî olmayan destek grupları hem ilişkiye ya da diğer sorunların çözümüne yardımcı olarak hem de yeni arkadaşlıkların gelişmesi için fırsatlar sağlar ve böylece doğal olarak gelişen arkadaş ağlarını tamamlayabilir" (Blieszner ve Adams, 1992, s. 114). Ayrıca, konutlar ve boş zaman etkinliği merkezleri ve daha geniş topluluklar arkadaşlık ve diğer toplumsal ilişkileri kolaylaştıracak biçimde planlanabilir.

Çocukluktaki oyun ilişkileriyle başlayıp yaşlılıktaki zengin ve yıllanmış dostluklarda zirveye ulaşan arkadaşlık, ömür boyu önemlidir. Ancak, arkadaşlığın yine de olumsuz bazı yönleri olabilir.

Arkadaşlığın Bozulması ve Yeniden Kurulması

Fehr'in (2000) arkadaşlığa destek olarak önerdiği etmenler, aynı zamanda arkadaşlığın çözülmesine de neden olabilir. Huysuzluk ve bıkkınlık benzeri bireysel nitelikler gibi, seyrek bir araya gelme gibi çevresel etmenler de arkadaşlığa zarar verebilir. Artan farklılaşma ve daha da ciddisi, arkadaşlığa ihanet gibi ikili etmenler kesin olumsuzluklardır. Eğer, arkadaşlık için bir arkadaşın ulaşılabilirliği gibi, durumsal etmenler değişirse arkadaşlık da değişebilir.

Ne var ki, arkadaşlar arasında çatışma baş gösterdiğinde, sık sık çözümlenmekten çok görmezden gelinir. Hem kadın hem de erkekler çatışmayla uğraşmaktan kaçınma eğilimindedirler ve kadınlar, sorunlarla doğrudan yüz yüze gelme konusunda özellikle çekingendirler (Fehr, 1996). Çatışmayla yüzleşmede başarısızlık, arkadaşlığın bitmesine katkıda bulunabilir. Aşınmış bir arkadaşlığı yeniden kurmanın belirli yolları (iki arkadaşın kalpten kalbe konuşmaları gibi) olmakla birlikte, kötüleyen çoğu arkadaşlıklar etkin bir biçimde sona ermek yerine zamanla ortadan kalkmak eğilimindedir. Garip bir biçimde, çatışma olumlu da olabilir, çünkü arkadaşlığı yeniden kurma fırsatı sağlayabilir (Fehr, 2000). Sarsıcı bir olay sonrasında kapı çarpılarak kapatılmak yerine açık bırakılmışsa, ilişkinin yeniden kurulması daha kolay olabilir.

Cinsiyet ve Arkadaşlık

Arkadaşlığın kadınlar ve erkekler için eşit düzeyde önemli olmasına karşın, arkadaşlık ilişkilerini yürütme biçimlerinde bazı cinsiyet farklılıklar vardır. Dahası, kadınlar ve erkekler, yani *karşı cinsler arasındaki* arkadaşlıkların bir dizi özellikleri vardır.

Kadınların ve Erkeklerin Arkadaşlıkları

Kadınların ve erkeklerin aynı cinsten arkadaşlıkları arasında farklılıklar ve benzerlikler vardır. Arkadaşlarıyla geçirilen toplam zaman erkek ve kadınlarda benzer olmakla birlikte kadınlar, arkadaşlık zamanlarının daha büyük bir bölümünü konuşarak harcarken, erkekler zamanlarının çoğunu etkinliklerde geçirirler (Fehr, 1996). Kadınlar için arkadaşlıklarındaki bu konuşmalar, yakınlığı geliştirir, sağaltım işlevlerine hizmet eder ve başka ilişki sorunları ve toplumsal baskılarla başa çıkma ve bazen de onlara direnme için bir tartışma alanı sağlar (Johnson 1996).

Yakınlığı yaşama geçirme biçimleri kadınlarınkinden farklı olmakla birlikte, erkeklerin de yakın arkadaşlıkları vardır (Inman, 1996). Yineleyecek olursak, erkekler sohbet etmekten çok etkinliklerde birlikte olmak eğilimindedirler fakat Inman ve arkadaşlarının de işaret ettikleri gibi, *arkadaşlığı* öncelikle "sözel etkileşim" olarak tanımlamak, erkeksi bir etkinlik üzerine, kadınsı standartlar dayatmaktır. Eğer arkadaşlığa erkeksi bir damga vurup, spor etkinliklerine birlikte gitmenin bir yakınlılık göstergesi olduğunu varsayarsak, bu kez kadınların arkadaşlıkları sık sık yetersiz bulunacaktır.

Arkadaşlık etmede farklı toplumsal cinsiyet biçemleri oldukça erken başlar (Rose ve Asher, 2000). Genç erkekler, arkadaşlarıyla daha sert ve kıran kırana oyunlara girer ve daha geniş akran gruplarıyla zaman geçirirken, kızlar birebir konuşarak daha fazla zaman harcarlar. Ayrıca, kızların arkadaşlıkları daha çok onaylama, erkeklerin ki ise yarışma içerir.

Aynı cinsten arkadaşlıklarda hem erkeklerin hem de kadınların yakınlıkla eş anlamlı olarak açılmayı vurgulamalarına karşın, yetişkin arkadaşlıkları hem özel ilişkilerle ilgili hem de ilgisiz konularda daha çok konuşmaktadırlar (Monsour, 1992). Hem kadınlar hem de erkekler arkadaşlarıyla kişisel konularda konuşurlar fakat kadınlar bunu daha sık yaparlar (Aries, 1996). Kapsamlı araştırmalar temelinde öyle görülüyor ki erkekler özel ilişki yaşama kapasitesinden yoksun değildir; yalnızca diğer erkeklerle etkileşimlerinde kullanmayı tercih etmemektedirler (Fehr, 1996, s. 140).

Tanen (2004), kadın ve erkeklerin biraz farklı biçemsel yaklaşımları nedeniyle, bazen kadınların erkeklerin onları dinlenmedikleri duygusuna kapılabildiklerini ileri sürmüştür. Fakat bunun nedeni, dinlemenin kadınsı bir açıdan değerlendirilmesidir. Arkadaşlığa daha geniş bir açıdan bakıldığında, özgün arkadaşlığın yalnızca sözcüklerden daha fazla bir şey olduğunu anımsamak önemlidir. Erkek arkadaşlar, yakınlıkları hakkında açıkça konuşmayabilir ancak böyle bir yakınlık yine de vardır (Inman, 1996). Gerçekten, iletişim ve diğer davranışlardaki toplumsal cinsiyet farklılıkları sık sık abartılır. Aries (1996), sonuçta cinsiyetin insanların toplumsal durumlardaki davranışlarının büyük bir bölümünü açıklamadığına işaret etmektedir ve büyük bir olasılıkla arkadaşlık da bunun içindedir.

Eğer, hem kadınlar hem de erkekler, arkadaşlığa değer veriyor ve yine de arkadaşlığı farklı biçimlerde yaşama geçiriyorlarsa, bunun kadın ve erkekler arasındaki arkadaşlıklar için doğurguları neler olabilir?

Karşıtcinsle Arkadaşlıklar

Her ne kadar bazıları, "Kadın ve erkekler kesinlikle arkadaş olamaz." dese de karşıtcins arkadaşlıklar alışılmamış bir durum değildir. Kadınların daha çok konuşma, erkeklerinse etkinlik odaklı olmaları nedeniyle, arkadaşlık biçemleri farklı olmakla birlikte bu

biçemler, karşıtcins arkadaşlıklar için büyük bir engel değildir. Gerçekte, erkekler, karşı cinsle olan arkadaşlıklarının, aynı cinsle olan arkadaşlıklarından daha yakın olduğunu söylemektedir (kadınların tam tersini söylemelerine karşın) (Fehr, 1996).

Kadın ve erkekler, karşı cinsle olan arkadaşlıklarında, arkadaşlık biçemlerini harmanlıyor gibi görünmektedirler (West, Anderson ve Duck, 1996).

Werking'in (1997) de belirttiği gibi, toplum en önemli ilişkiler olarak karşıtcins romantik ilişkiler üzerinde odaklaşır; bu nedenle karşı cinsle arkadaşlıklar ilgi merkezi olsa bile bu çok nadirdir. Gerçekten de, Werking (1997) "karşı cinsle olan arkadaşlıkların daha kararlı ve yararlı" olarak betimlemiş olmasına karşın, katılımcıların romantik ilişkilerini arkadaşlıklarının üstünde tuttuklarını belirttikleri bir çalışmadan söz etmektedir (s. 406). Karşı cinsle arkadaşlıklar; kabullenme, zevk alma, saygı, kendiliğindenlik ve güven gibi açılardan aynı cinsle arkadaşlıklara benzer fakat yakınlığı, kararlılığı, doyuruculuğu ve destekleyiciliği daha az olan ilişkiler olarak betimlenmektedir. Ayrıca bu tür arkadaşlıklarda, karşılıklı açılma da daha az olur. Karşıtcinsle arkadaşlıklar, toplumun ilişkiyi cinselleştirme eğilimi nedeniyle, arkadaşlık örüntülerine özel bir zorluk getirir. Aynı cinsle arkadaşlıklarla karşılaştırıldığında karşı cinsle arkadaşlıklar için daha az fırsat vardır. Bunun nedeni hem başlatılmalarının daha zor olması hem de diğer insanlara açıklama gerektirebilmeleridir (Fehr, 1996). Erin ve Mike'ın öykülerinde de durumun böyle olduğunu anımsayın.

Ayrıca partnerlerin kendilerinin, romantik duyguları (cinsliği) arkadaşlığın dışında tutmada güçlük çekmeleri olasılığı da vardır. Kadınlardan çok erkekler, karşı cinsle arkadaşlıkları, cinsellik ışığında görebilirler (Fehr, 1996; West ve ark., 1996). Bir çalışmada, karşı cinsle arkadaşlıkların %48'i partnerlerin birbirleriyle romantik ilişkiyi denemeleri ve bunun yürümemesi, bir partnerin ilişkiye romantik bir yön vermek istemesi ve diğerinin bunu istememesi ya da partnerlerden birinin bir başkasıyla romantik bir ilişkiye başlaması nedeniyle bitmiştir (Werking, 1997).

Yine de karşı cinsle arkadaşlıklardaki sorunlar, "Cinsel ilişkiye girecek miyiz, yoksa girmeyecek miyiz?"sorusunun işaret ettiği kadar kolay değildir. Reeder (2000), katılımcıların karşı cinsle arkadaşlıkların, dört temel çekiciliğe sahip olduğunu belirttiklerini görmüştür. Arkadaş, fiziksel anlamda çekici ve seksi olarak görüldüğünde *nesnel fiziksel/cinsel çekim* yaşanıyordu. Arkadaşı cinsel olarak çekici bulma durumunda Öznel fiziksel/cinsel çekim yaşanıyordu. *Romantik çekim*, bir partner arkadaşlığı romantik bir ilişkiye dönüştürmek istediğinde yaşanıyordu ve çok seyrek belirtiliyordu. Son olarak, partnerlerin birbirlerini zamanla sevmeye hatta birbirlerine aşık olmaya başlamalarıyla kendini gösteren çekim de arkadaşlık çekimi olarak yaşanıyordu. Katılımcıların çoğunluğu bu tür çekimden söz ediyordu.

Arkadaşlar cinsel ilişkiye girdiklerinde bile bu, ilişkinin mutlaka romantik bir ilişkiye dönüşeceği anlamına gelmez. Afifi ve Faulkner (2000), karşıtcinsle, cinsel birleşmenin olmadığı bir arkadaşlık ilişkisi içindeki bir üniversite öğrencileri örnekleminin yaklaşık yarısının karşı cinsle cinsel ilişkiye girdiğini ve bu arkadaşlıkların birçoğunun cinsel birliktelikten önceki gibi devam ettiğini belirlemişlerdir. Yazarların da işaret ettikleri gibi, "karşıtcinsle arkadaşlık sırasında cinsel ilişkide bulunan bireylerin birçoğu, bunu ilişkiyi iyileştirici bir olgu olarak yaşar görünmekte fakat bu eylemi ayrıca ilişkinin tanımında bir değişikliğin izlemesinden çok (yani, arkadaşlıktan romantik bir partnerliğe doğru değişim), arkadaşlığın bir parçası olarak görmektedirler" (s. 218). Buna bazen "bir taşla iki kuş arkadaşlığı" adı verilir. Karşıtcinsle arkadaşlıklarda birçok kişi, daha az doyum verici bir romantik/cinsel birliktelik olasılığı için değerli

buldukları bir arkadaşlığı tehlikeye atmayı istemez ve ilişkilerini cinselliğe bulaşmadan sürdürmek için çok çaba harcarlar (Messman, Canary ve Hause, 2000). Karşıtcinsle arkadaşlıkların, olumlu birçok yönü vardır ki bunlardan biri romantik partnerleri daha iyi anlamadır. Örneğin Bleske ile Buss (2000), araştırmalarında hem kadın hem de erkeklerin karşı cinsle arkadaşlarından, romantik partnerleri kendilerine nasıl çekecekleri hakkında bilgi edindiklerini söylediklerini belirtmektedirler. Mike ve Erin de birbirlerine bu bakımdan yardımcı olmuşlardı.

Karşıtcinsle arkadaşlıklar oldukça değerli ve doyum verici olabilir fakat aynı cinsle arkadaşlıklardan bile, daha dikkatli yönetilmelidirler. Kadın ve erkeklerin arkadaşlık etmedeki biraz farklı biçemleri göz önüne alındığında, karşı cinsten arkadaşlar yeni davranışlar öğrenmek zorundadırlar. Dahası, cinsel ilişki ve neden olabileceği sorunları göz önüne alarak, karşı cinsten arkadaşların, arkadaşlıklarından ne istedikleri (ya da ne istemedikleri) konusunda çok açık olmalıdırlar. Afifi ve Faulker (2000), cinsel ilişkinin bazen karşı cinsle arkadaşlığı derinleştirebildiğini ortaya koymuşlardır. Ancak, katılımcıların iki tür arkadaşlığa ilişkin değerlendirmelerini karşılaştıran bir çalışmada -bir zamanlar duygusal (romantik) bir partner olup şimdi yalnızca karşı cinsten bir arkadaş ve karşı cinsten cinsellikten hep uzak kalmış bir arkadaş- Schneider ve Kenny (2000), insanların bu iki tür arkadaş hakkında farklı düşündüklerini ortaya koymuşlardır. Cinsellikten uzak (platonik) arkadaşla daha fazla olumlu özellik ilişkilendirilirken, bir zamanlar romantik partner olan arkadaşla daha fazla olumsuz özellik ve romantik arzu ilişkilendirilmiştir. Bu nedenle, karşı cinsle arkadaşlığa romantizmin girmesine izin verme riskli olabilir (karşı cinsle arkadaşlık konusunda daha ayrıntılı bir tartışma için bk., Monsour [2002]). İster aynı cinsle ister karşıtcinsle olsun arkadaşlık, insanların yakın ilişkileri arasında karmaşık, çok yönlü ve merkezî öneme sahip bir ilişkidir. Arkadaşlık ve diğer yakın ilişkilerin şimdi tartışılacak bir yönü de toplumsal destektir.

Toplumsal Destek

Toplumsal destek hem genel hem de özgül biçimlerde tanımlanmıştır. Daha genel olarak sevgi, onaylama, güven ve duygusal ya da maddi kaynaklar gibi şeyleri içeren bir başka insanın gereksinimlerine karşılık vericilik ya da onları giderme olarak düşünülür. Daha özgül olarak düşünüldüğünde toplumsal destek, özellikle stresli yaşam olayları ya da diğer olumsuz koşullar nedeniyle gereksinimlere karşılık vericiliği ve bunların giderilmesini vurgular (Cutrona, 1996). Cunningham ve Barbee (2000), bir kişinin toplumsal destek ağının, bu kişinin gereksinim duyduğunda destek almayı bekleyebileceği bütün insanları içerdiğine işaret etmektedirler. Ek olarak bu yazarlar, insanların toplumsal destek arama ve sağlama için evrim geçirdiklerini ileri sürmektedir.

Bu bölümde, geniş ve genel anlamda destek tartışılmıştır. Açık bir biçimde stresli bir dönemde (ör., bir kaza, hastalık ya da boşanma) destek özellikle çarpıcıdır. Bununla birlikte konuşmak istediğimizde dinleyen, kötü hissettiğimizde teselli eden ya da bir sınav için çalışmak istediğimizde bütün ev işlerini yapan birini gerektiren günlük türden toplumsal desteği görmezden gelmek bir hata olacaktır. Bu tür bir toplumsal destek, sonuçta çoğumuz için yaşamı tanımlayan dramatik olaylardan çok günlük yaşam örüntüsünün ta kendisidir.

Toplumsal destek duygusal, bilişsel ya da davranışsal olabilir. Wortman ve Dunska Schetter (1987) destekleyici olarak izleyen davranışları saymaktadırlar: (1)

olumlu duyguları açığa vurma, (2) duygu ve inançları destekleme, (3) duyguların açığa vurulmasına özendirme, (4) bilgi ya da öneri verme, (5) maddi yardımda bulunma, (6) özgül bir görevde yardımcı olma ve (7) birisinin, destekleyici bir grubun parçası olduğunu bilmesini sağlama. Burleson ve Goldsmith (1998), toplumsal destek için merkezî olabilecek rahatlatıcı iletiler vermenin önemini vurgulamaktadırlar.

Araştırmacılar, kısa anket ölçümleri kadar (ör., Sarason, Sarason, Shearin ve Pierce, 1987) görüşmeler ve gözlem teknikleri (Cutrona ve Suhr, 1992) de kullanarak toplumsal desteği değişik bir dizi biçimde ölçmüşlerdir. Brock, Sarason, Sarason ve Pierce (1996), genel destek ölçümleri ile özgül ilişkilerden alınan destek ölçümlerini birbirinden ayırmanın önemli olduğuna dikkat çekmişlerdir. Barbee ve Cunningham (1995), destek arayan ve destek sağlayan kişilerin bireysel özelliklerini, iki insan arasındaki ilişkiyi ve kısa ile uzun dönemli sonuçları değerlendirirken belirli bir sorun ya da durumun doğasını göz önüne alan bir *duyarlı etkileşim sistem kuramı* geliştirmişlerdir. Bu bakış açısı, bireysel, ikili ve durumsal etkenlerden oluşan Fehr'in (1996) arkadaşlık gelişimi modeline benzemektedir.

Destek, destek veren kişilere birisine ne gibi bir destek sağladıklarını sorarak ölçülebilmekle birlikte, destek verildiği varsayılan kişilerin kendilerine, gerçekten desteklenip desteklenmediklerinin sorulması daha uygundur. Buna **algılanan destek** adı verilir. Cunningham ve Barbee'ye (2000) göre, "bireyin, desteğin ulaşılabilir olduğuna ilişkin öznel inancı, genellikle sağlık gibi ana çıktılarını kişinin toplumsal destek ağına ilişkin nesnel değerlendirmelerden daha iyi yordar" (s. 277). Bu bakış açısına göre, bir kişi başka bir kişi tarafından desteklendiğini hissederse, algılanan destek sağlayıcının ne yaptığına ya da yapmadığına bakılmaksızın destek vardır. Fakat eğer, bir kişi desteklendiğini hissetmiyorsa, o zaman etkili destek sağlanmamıştır.

Arkadaş ve aile ilişkileri ile romantik ilişkilerde destek gerçekten nasıl olur?

Aile ve Arkadaşlardan Alınan Toplumsal Destek

Toplumsal destek, bir anlamda bebek doğduğunda başlar. "Destekleyici bir ilişkinin en iyi örneği, seven bir ana babanın çocuğuna bakım davranışıdır" (Cunningham ve Barbee, 2000, s. 274). Ek olarak, insanların çoğunluğu için değilse bile, birçoğu için aile üyeleri yaşam boyunca destek sistemlerinin bir bileşeni olarak kalır. Aile ve arkadaşların, her biri insanın toplumsal desteğine benzersiz bir biçimde katkıda bulunur (Brock ve ark., 1996). Arkadaşlıklar, ergenler (Collins ve Laursen, 2000) ve genç yetişkinler için önemli bir toplumsal destek kaynağıdır ve gerçekte genç yetişkinlerin toplumsal destek ağlarında yaşlı yetişkinlerden daha fazla arkadaş ve daha az aile üyesi vardır (Walen ve Lachman, 2000). Eğer genç yetişkinler evlenir ya da çocuk sahibi olurlarsa, daha önce de belirtildiği gibi destek gruplarındaki aile üyeleri yeniden önem kazanabilir. Fakat arkadaşlar yine de önemli kaynaklar olarak kalacaklardır. Degarmo ve Forgatch (1997), boşanmış çocuklu anneler için bir dert partneri tarafından (arkadaş, aile üyesi ya da yakın) gösterilen davranışların destekleyici niteliğinin, desteğin kim tarafından verildiğine bakılmaksızın annenin, ana babalık yapma yeterliği ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Diğer bir deyişle, destek sağlayanın kim olduğuna bakılmaksızın olumlu destek alma, daha başarılı ana babalığa katkıda bulunmuştur.

Yetişkinler yaşlandıkça, toplumsal destek ağları küçülür fakat hem aile hem de arkadaşlar önemlerini korurlar. Daha yaşlı yetişkinler, kişisel bakım, günlük işler vb. için (Blieszner, 2000) aile üyelerinin yardımını tercih edebilirler fakat arkadaşlar sırdaş ya da yoldaş olarak yeğlenebilirler. Arkadaşların desteği seçime bağlı olarak algılanabilirken aile desteği daha bir zorunluluğa dayalı olarak görünebilir (Walen ve Lachman 2000).

Toplumsal destek, cinsiyet ve etnik kökenden bağımsız olarak önemlidir ancak yine de destekleyiciliğin bütün gruplar için aynı davranışla ya da hatta aynı anlamlarda gerçekleştiği varsayılamaz. Örneğin Samter, Whaley, Mortenson ve Burleson (1997), arkadaşlıklarda sözel rahatlatma ve özellikle de duygusal rahatlatmanın önemine ilişkin değerlendirmelerinde Afrikalı Amerikalılar, Asyalı Amerikalılar ve Avrupalı Amerikalıları karşılaştırmışlardır. Sonuçlar, gruplararasında hem benzerliklerin hem de farklılıkların olduğunu ortaya koymuştur. Bütün gruplar (cinsiyet ve etkinliliğin farklı bileşenleri), zor durumdaki bir arkadaşı desteklerken sorun odaklı olmaktansa, duygu odaklı olmanın daha iyi ve arkadaşın duygularını onaylayan rahatlatıcı yöntemlerin en duyarlı ve destekleyici olduğuna inanıyorlardı. Ancak, yine de en tutarlı farklılıklar Afrikalı Amerikalı ve Avrupalı Amerikalı kadınlar arasında bulunmuştur. Öncekiler desteğin duygusal yönlerine daha az vurgu yapıyorlardı. Diğer gruplararasında bu kadar büyük fark yoktu. Samter ve arkadaşları (1997), çalışmanın odağının *sözel* destek olması nedeniyle, Afrikalı Amerikalı kadınların arkadaşlara sözel davranışlardan çok sözel olmayan davranışlarla destek veriyor olabilecekleri sonucuna varmışlardır. "Konuşmaktansa", "birlikte yürümeyi" tercih edebilirler. Bu açıkça, Tamika ve Jonelle'nin İlişki Öyküsü'ndeki durumdu. Jonelle kolunu kırdığında Tamika ona çok fazla sözlü tesellide bulunmadı ancak yine de sayısız destek davranışı sergiledi.

Ancak, aile ve arkadaş ağları tarafından sağlanan toplumsal desteğin, özellikle kadınlar için olumsuz yönleri de vardır. Araştırmalar, kadınların erkeklerden daha geniş toplumsal ağlarının ve destek kaynaklarının olduğuna ve bu nedenle de erkeklerden daha fazla toplumsal destek aldıklarına işaret etmektedir (Cunningham ve Barbee 2000, Cutrona 1996). Ancak yine de kadınlar, erkeklerle karşılaştırıldığında, kendi destek ağlarındaki gerginliklerden daha çok etkilenirler, arkadaşlar ve aile arasındaki gerginliklerden hem duygusal hem de fiziksel olarak olumsuz etkilenebilirler (Whalen ve Lachman, 2000). Bu nedenle, etkin bir biçimde karşılıklı toplumsal destek etkinlikleri içinde olmak hem bir armağan hem de bir yüktür. Son olarak, duygusal ve fiziksel destek için bir arkadaş, aile üyesi ya da partnere güvenebileceğimizi bilmek, hiçbirimizin onsuz olmak istemeyeceği psikolojik bir "güvenlik ağı" sağlar. Bir arkadaş tarafından sağlanabilecek bir güvenlik ağının sürdürülebilmesine ek olarak, bir partner ya da eş tarafından sağlanan toplumsal destek de çok önemlidir.

Çiftler Arasında Toplumsal Destek

Bir ilişkide bir partnerin belirli bir türden toplumsal destek istediği durumlar kaçınılmaz olarak ortaya çıkar. Desteği güvenceye almada ilk adım, kişinin partnerine sorunu ya da hiç değilse sorunla ilişkili duygularını anlatmasıdır. Kadınlar destek al-

mak için erkeklerden daha çok yakınma ya da duygusal davranma (ör., ağlama) gibi, dolaylı yollara başvurabilirler. Böyle stratejileri partnerin yorumlaması daha zordur ve bir erkeğin kız arkadaşına, "Ağzında gevelemek yerine neden bana yalnızca ne istediğini söylemiyorsun?" demesi durumunda olduğu gibi, geri de tepebilir.

Çoğu kültürde erkeklere açık ya da örtülü olarak duygularını açığa vurmamaları, bunun yerine tam bir egemenlik ve denetim görünümü sergilemeleri öğretildiği için erkekler ihtiyaç duyduklarında toplumsal destek istemede gönülsüz davranabilirler. Eğer, birinden yardım isterlerse, bu büyük bir olasılıkla, romantik partnerleri olacaktır. Bu nedenle, daha önce de belirtildiği gibi, genel duygularını açığa vurmaya ve destek istemeye daha istekli olan kadınlar (Cutrona,1996) çözüm için daha fazla kaynağa sahiptirler. Böyle bile olsa, cinsiyet açık bir biçimde çiftlerde desteği etkileyen en önemli etmen değildir.

Gurung, Sarason ve Sarason (1997) ilişki partnerlerinin destekleyici etkileşimlerini incelemişlerdir. İlişki partnerlerinin *kişilik özelliklerinin* (ör., depresyon, yalnızlık), *ilişki etmenlerinin* (ör., içtenlik, bağlılık) ve *durumun* özelliklerinin (ör., bir çatışmanın tartışılması, gerginlik yaratıcı yeni bir durum) tümünün partnerlerin destekleyici davranışa ilişkin algılarını etkilediğini ortaya koymuşlardır. Depresif, kaygılı ve kendisine saygısı düşük olan kişiler, partnerlerine karşı daha az destekleyiciydiler, bunlar kişisel özellikleri yansıtmaktadır. İlişkide önceki deneyim ve partnerin beklentileri, davranışların destekleyici olarak mı, yoksa tersi olarak mı algılanacağı üzerinde etkili olmaktadır; bunlar da ilişki etmenlerini yansıtmaktadır. Fakat ilişki etmenleri üzerine bu güven görece tanıdık malzeme üzerinde çatışma tartışmalarında daha güçlü olarak ortaya çıkmıştır. Yeni durumlarda partnerler birbirlerinin kişisel özelliklelerine daha fazla güveniyorlardı. Böylece kişisel etmenler, ilişki özellikleri ve özgül durum destek etkileşimini etkiliyordu.

İlişkisel bağlamın yalnızca hangi destekleyici davranışların gösterileceğini değil, aynı zamanda desteklenen davranışların olumlu olarak yorumlanıp yorumlanmayacağını bile etkilediğini unutmamakta yarar vardır. Bazen, iyi niyetli davranışlar bir tartışma ve karşılıklı güvensizlik ortamında sergilenirlerse yanlış anlaşılır.

Ayrıca Cutrona, Hessling ve Suhr (1997) da yaklaşık 100 evli çiftin ölçekler doldurduğu ve stres verici (fakat çatışma içermeyen) olaylara ilişkin iki tartışma etkileşimi içerisinde gözlendiği çalışmalarında, kişisel ya da bireysel özellikler ve durumsal değişkenlerle ilgilenmişlerdir. Dışadönüklük kişilik özelliğinin destekleyiciliğe birçok açıdan katkıda bulunmasının beklenmesine karşın, ilk etkileşimde, yalnızca destekleyici davranışların sağlanmasını (fakat alınmasını değil) yorduyordu. Diğer bir ifadeyle, dışadönük kişiler veriyor fakat daha fazla destek almıyorlardı. Etkileşim çözümlemelerinde, ikinci tartışma etkileşiminde, bir kişinin aldığı destek davranışı sayısını yordayan şey, kişinin daha önce partnerine verdiği destek davranışı sayısıydı. İlk etkileşimde çok destek veren kişiler ikinci etkileşimde çok destek alıyorlardı. Yani, ne ekersen onu biçiyordun. Fakat dışadönüklük ve duygusal olumsuzluk gibi kişilik özellikleri diğer çözümlemelerde önemli bulunmuştur.

Ognibene ve Collins'in (1998) yetişkin bağlanma biçemleri, toplumsal destek ve baş etme stratejilerine ilişkin çalışmalarında, bireysel özellikler de önemliydi. Toplumsal destek davranışları, bağlanma biçemleri temelinde farklılaşmaktadır. Güvenli bağlanma biçemine sahip olarak değerlendirilen katılımcılar, güvensiz bağ-

lananlardan hem daha fazla toplumsal destek veriyor hem de daha fazla toplumsal destek alıyorlardı. İki kez düzenlenen 10 dakikalık iki görüşmede yeni evlenen 60 çifti değerlendiren Pasch, Bradbury ve Davila'nın (1997) çalışmalarında olumsuzluk odak noktasıydı. İlk görüşmede, eşlerden birinden kendisi hakkında değiştirmek istediği bir şey üzerinde konuşması istendi. Diğer eş yalnızca dilediği gibi karşılık verecekti. İkinci görüşmede roller değiştirildi. Bu etkileşimler çözümlendiğinde bulgulardan bazıları şaşırtıcıydı. İlk olarak kadınlar genel olarak erkeklerden daha etkili destek sağlayıcılar değillerdi. Birkaç cinsiyet farklılığı vardı ve ortaya çıkan bu farklılıklar genellikle yardım edilen kişi olumsuz olduğunda görülüyordu. Özgül olarak, değiştirmek istedikleri bir şey üzerinde konuşurken kadınlar duygusal olarak daha olumsuzlardı ve bu durumlarda kocalar daha *az* destekleyici davranış ortaya koyuyorlardı. Kocalar olumsuz olduklarındaysa, kadınlar *daha* destekleyici yardımcılar olmak eğilimliydiler. Yazarlar, eşler arasında genel olarak toplumsal destek davranışları açısından farklılığın olmadığına fakat destek alan kişinin duygusal durumuna bağlı olarak özgül durumlarda farklılıkların olduğuna işaret etmektedirler. Olumsuz duygusallık, çoğu zaman çift çatışmalarının ve izleyen toplumsal destek davranışlarının hem gösterilme hem de etkililiğinde kendini gösteren çift doyumsuzluğunun bir parçasıdır. Örneğin Saitzyk, Floyd ve Kroll (1997) hem doyumlu hem de doyumsuz çiftlerde toplumsal destek etkileşimlerini gözlediler. Özellikle çiftlerin, özerklik ve karşılıklı bağımlılık konularında dengeyi nasıl sağladıklarıyla ilgileniyorlardı. Gerçekte, bu sorunlarla doyumlu çiftler daha iyi başa çıkıyorlardı. Yine de bu çiftlerin iletişimlerinde bazı koşullarda kendi kusurları vardı. Doyumsuz çiftler için özellikle iki yetenek sorunlu gözükmektedir: partnere olumlu bir biçimde destek sağlama ve bir partneri inisiyatif almaya ve bağımsız davranmaya özendirme. Bu nedenle, doyumu yüksek çiftler iletişimlerinde kesinlikle kusursuz ve doyumu düşük çiftler de her zaman kusurlu değildirler.

İlginç bir biçimde, saldırgan olan ve olmayan çiftleri karşılaştırdıklarında, Holtzworth-Munroe ve arkadaşları (Holzworth-Munroe, Stuart, Sandin, Smutzler ve McLaughlin, 1997), toplumsal destek davranışlarında birkaç grup farklılığı bulmuşlardır. Bu çiftlerdeki kadınlar, birbirlerine çok benziyorlardı. Ancak saldırgan olmayan kocalar eşlerine, saldırgan ya da şiddet eğilimlilerden daha fazla destek sağlıyorlardı. Saldırgan kocalar eşin nasıl davrandığından ya da ne tür bir iletişimin söz konusu olduğundan bağımsız olarak, daha olumsuz görünüyorlardı. Tartışılan bütün bu bulgulardan anlaşılıyor ki bireylerdeki ve çiftlerdeki olumsuzluğun, çiftlerde toplumsal destek için sorunlu doğurguları vardır. Ancak, Cutrona (1996), kavramsal olarak işleri tersine çevirmeyi ve toplumsal desteğin kendisinin çiftlerin olumsuzluk ve çatışmaları üzerinde nasıl olumlu bir etkide bulunabileceğine odaklanmayı seçti. Toplumsal destek (1) stres nedeniyle ilişkinin bozulmasını önleyebilir, depresyonu azaltabilir, (3) çatışma yeğinliğini azaltabilir ve (4) yakınlığı, güveni ve partnerin olumlu çabalarını destekleyebilir. "Evlilik ilişkisi içinde destek, olumlu bir duygusal havayı destekleyebilir ve çiftleri zor zamanlarda bir arada tutan yakınlık ve özel yaşamı besleyebilir" (s. 59). Bazıları Cutrona'dan (1996) uyarlanmış olan toplumsal desteği besleme yöntemleri bir sonraki Ayraç Kutusu'nda bulunabilir.

Ayraç Kutusu

Toplumsal Destek Yöntemleri ve Arkadaş ve İlişki Ortaklarıyla İlişkiler için Öneriler

Toplumsal Destek Gereklidir

- Hiç kimse tek başına yapamaz. Herkesin desteğe ve yardıma gereksinim duyduğu zamanlar olur.
- Arkadaşlarınızı ve ilişki ortaklarınızı büyük olanlarda olduğu kadar küçük sorunlarda da desteklemeye hazır olun ve onların da size aynısını yapmalarını bekleyin.

Açık Bir Biçimde İletişim Kurun

- İster destek arayıcısı, ister destek sağlayıcısı olun ne istediğinizi ya da neye gereksiniminizin olduğunu ya da ne sağlayabileceğinizi bulmaya çalışın. Sonra bunları diğerlerine aktarmada açık sözlü olun.
- Bir başkasının sizin aklınızdan geçenleri okumasını beklemeyin ve onun aklından geçenleri okumaya çalışmayın. Bir sorunuz ya da kaygınız varsa her zaman sorun. Durumu gözden geçirin.

İnsanlar Birbirlerinden Farklıdırlar

- İnsanların farklı yardım etme biçemleri vardır: Bazıları ciddidir, bazıları mizaha başvurur, bazıları hemen sorunun özüne atlar, bazıları ise bir süre geride durmayı seçer. Aldığınız bütün yardımların değerini bilin.
- Bazı insanlar duygusal olarak, bazıları sorun çözmeye yardım ederek ve diğerleri de yararlı davranışlarla destek sağlarlar.

Koruyucu Sağlık Önlemleri

- İşler yolunda giderken hem destek aramaya hem de sağlamaya devam ettiğinizi güvenceye alın.
- Tıpkı hastalıktan korunmak ya da hiç değilse onu daha az zararlı hâle getirmek için fiziksel olarak kendinize dikkat ettiğiniz gibi aynı zamanda bazı sorunları önleyebilmek ve diğer yaşam gerginliklerinin ve bunalımların şiddetini azaltabilmek için ilişkinize de dikkat etmek zorunda olduğunuzun farkında olun.

Takım Çalışması

- Zor zamanları sizi ve ilişki partnerinizi bir araya getirmek için kullanın. Sorunlarla bir takım gibi uğraşın. Böylece, ortak bir sorunla başa çıkabilmek için kaynakları birleştirebilirsiniz.
- Takım çalışmasının iletişimi, yöntem belirlemeyi ve herkese en iyi yaptığı işi yaptırmayı içerdiğini unutmayınız. Bu yaklaşımı sorunlarla başa çıkmada kullanınız.

Başkalarından Destek İsteyin

- Çoğu büyük sorunla başa çıkmada hiç kimse tek başına gerekli tüm desteği sağlayamaz. Arkadaşınız ya da ilişki partneriniz temel destek kaynağınız olabilir fakat bu onun tek kaynağınız olacağı anlamına gelmez.
- Unutmayın ki, başkalarının size destek vermelerine izin verirseniz aynı zamanda onlara güveninizi armağan etmiş olursunuz. Yani siz isteyerek aynı zamanda bir şeyler de verdiğinizin farkında olun.

Kaynak: Bazı stratejiler Cutrona'dan (1996) uyarlanmıştır.

Gerçekte Sokolski ve Hendrick (1999) tarafından yapılan bir çalışmada, eş tarafından algılanan toplumsal destek hem koca hem de karısı için ilişki doyumu ile yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Cutrona'ya (1999) göre, en etkili destek, istenilen, gereksinim duyulanla eşleştirilmiş destek kadar, isteksiz ya da yalnızca özgül bir istek sonucu gelen destekten çok gönüllü ve özenle sağlanan destektir. İlişki üzerine öykülerin ikincisinde Tamika, oda arkadaşı Jonelle'ye birçok hafta boyunca değişik biçimlerde yardım etmiştir. Jonelle istemek zorunda değildi, gereksinim duyduğunda Tamika oradaydı. İsteksiz değil, istekliydi. Ne gereksinim duyulan şeyi vermede duraksıyor ne de istenilenden fazlasını yapıyordu. Verdiği destek stres vericiye uygundu ve onunla eşleşiyordu.

Son olarak, toplumsal destek önemli bir kavramsal yapıdır çünkü ilişkilerin her çeşidi, aile bağlarından arkadaşlıklara, arkadaşlıklardan romantik ilişkilere kadar bütün ilişkilerin üstündedir. Toplumsal destek, insanları birbirlerine bağlayan bağın kökündedir ve çok önemli olan ait olma duygusuyla iç içedir. Eğer, bir ait olma duygusuna gereksinim duyarsak o zaman ait olduğumuzu göstermenin bir yolu toplumsal desteği hem sağlamak hem de almaktan geçer. Toplumsal destek bizi sevdiklerimize bağlayan duygusal "yapıştırıcının" bir bileşenidir.

Özet ve Sonuçlar

Arkadaşlıklar, yaşamlarımıza anlamlı bağlantılar ekleyen önemli ve gönüllü kişisel ilişkilerdir. İlişki gelişimi kuramları ve daha özgül olarak arkadaşlık gelişimi bilişsel tutarlılık, gelişimsel ve pekiştirme kuramlarını içerir. Pekiştirme temelli önemli bir kuram hem almayı hem de vermeyi vurgulayan toplumsal değişim kuramıdır. Ödüller, bedeller, sonuçlar ve karşılaştırma düzeyleri toplumsal değişim kuramının birer parçasıdır. Hakçalık kuramı, toplumsal değişim kuramının bir uzantısıdır ve büyük ölçüde insanların bir ilişkiden hem aldıklarında hem de verdiklerinde hakkaniyet sorunlarıyla uğraşmaktadır. Değişim ilişkilerinin hem almayı hem de vermeyi vurgulamasına karşın, topluluksal ilişkiler öncelikle birinin gereksinim duyduğu şeyi, karşılığında bir şey beklemeksizin vermekle ilgilidirler. Aile ve yakın arkadaş ilişkilerinin topluluksal oldukları düşünülürken, iş ve diğer ticari ilişkiler değişim ilişkileri olarak düşünülür. Fakat değişim ögelerinin (ör., karşılıklılık) topluluksal ilişkilerde bile, bulunduğu ileri sürülmektedir.

Arkadaşlıklar, yalın bir biçimde gelişiyor gibi görünebilir fakat süreç gerçekte oldukça karmaşıktır ve bireysel, ikili, durumsal ve çevresel etmenleri içerir. Arkadaşlıklar ayrıca kültürel, yapısal ve tarihsel bağlamlar içinde de gelişir. Yakınlık, arkadaşlık için önemli olmakla birlikte bir kişinin psikolojik anlamda en yakın arkadaşı, coğrafik olarak en uzakta olabilir. Çoğu arkadaşlıkta iyi iletişim, önemli bir etmen gibi görünmektedir. Bir kişinin toplumsal ağı hem arkadaşlarını hem de ailesini kapsar ve ilişki partnerleri yüksek düzeyde bağlantılı ve örtüşen toplumsal ağlara sahip olduklarında bunun hem ödülleri hem de bedelleri olacaktır.

Arkadaşlık, ömür boyu önemlidir. Çocukluk arkadaşlıkları, yalnızlık ve strese karşı önemli yalıtıcılar olabilir ve bu ilişkilerin çoğu çocuklar büyüdükçe değişim göstermekle birlikte bazıları devam eder. Kardeşlik ilişkisi ise tüm ilişkiler içinde en süreklisi olabilir. Arkadaşlığın gelişimi ergenlikte merkezî bir gelişimsel görevdir ve

bu nedenle, zamanla arkadaşlar önem kazanırken, aileler genellikle önemlerinden kaybetmektedir. Ergenlik arkadaşlıkları ileride yaşanacak aşk ilişkileri için bir eğitim yeri niteliği taşıyabilir. Ülküsel olarak genç yetişkinlikte hem arkadaşlık hem de aile ilişkileri doyurucu bir biçimde süregiden yaşam içine kaynaştırılabilir. İnsanlar evlenip çocuk sahibi olduklarında, aile doğal olarak daha önemli hâle gelirken arkadaşların önemi azalabilir. Daha ileri yetişkinlikte, aile ilişkileri anlamını korurken, arkadaşlar yeniden önem kazanabilir. Bir kişinin sahip olduğu arkadaş sayısı "arkadaşlık bütçesi"ne ya da arkadaşları için ayırabileceği zamana bağlı olabilir. Arkadaşlıklar bir dizi nedenle kötüleşebilir fakat eğer yıkıcı bir olay gerçekleşmemişse, bir arkadaşlık onarılabilir.

Arkadaşlar hem kadın hem erkekler için önemlidir fakat doğasında farklılık gösterir; kadın arkadaşlıkları daha çok iletişimle nitelenirken, erkeklerinki daha çok etkinliklerle nitelik kazanır. Karşıtcinsler arası ilişkileri sürdürmek hem kişisel nedenlerle (arkadaşlardan biri, cinsel yakınlık duymaya başlayabilir) hem de toplumsal baskı nedeniyle (toplum, karşıtcinsler arası arkadaşlıkla başa çıkmayı bilmiyor olabilir) zor olabilir. Ancak yine de karşıtcinsler arası arkadaşlıklar aynı cinsten kişilerarasındaki arkadaşlıklarda bulunmayan özellikleriyle çok ödüllendirici de olabilir.

Toplumsal destek, başka birinin gereksinimlerine yanıt vericilikten, bu gereksinimlerin giderilmesinden oluşur. Herkes zamanı geldiğinde desteğe gereksinim duyar ve çoğu insandan da destek vermesi beklenir. Destek; duygusal, bilişsel ya da davranışsal olabilir. *Toplumsal desteği* tanımlanmanın en yararlı biçimi, algılanan destek ya da kişinin destek alıp almadığına ilişkin inancı olarak yapılanıdır. Toplumsal destek her yaşta ve yaşamın her evresinde önemlidir ve daha yüksek ilişki doyumu, daha iyi ana babalık vb. ile ilişkilendirilmiştir. Destek sağlama konusunda kültürel ve cinsiyetle ilgili farklılıklar bulunmaktadır. Kadınlar, genellikle toplumsal ağ içerisinde genelde daha çok destek verirken, bu ağ içerisindeki stresten erkeklerden daha olumsuz olarak etkilenmektedirler.

Aşk ilişkisi partnerleri destek için birbirlerine bakarlar; özellikle erkekler, destek için öncelikle partnerlerine güvenirler. Destek sağlama, ilgili kişilerin kişisel özelliklerine ve duruma bağlı olarak değişebilir. Örneğin dışadönüklük, daha çok destek vermeye neden olurken, olumsuzluk verilen destekte azalmaya yol açabilir. Kadınlar ve erkekler, destek sağlamada, destek verme biçeminde olduğu kadar farklılık göstermezler. Toplumsal destek, diğer ilişkisel özellikleri etkilemekle kalmaz, aynı zamanda bu özelliklerden etkilenir de. Destek, birçok ilişki olumsuzluğunu azaltabilir ve hem arkadaşlıklar hem de çift ilişkileri için güçlendirici bir etki sağlayabilir. Hem arkadaşlıklar hem de toplumsal destek, insanlar için toplumsal bağlarının merkezî yönleridir.

Anahtar Kavramlar

Topluluksal (s. 52)
Hakkaniyet (s. 51)
Toplumsal destek (s. 50)
Arkadaşlık (s. 49)
Algılanan destek (s. 63)
Toplumsal ağ (s. 55)
Değişim (s. 62)

Önerilen Okumalar

Blieszner, R. (2000). Close relationships in old age. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.,). *Close relationships: A sourcebook* (pp. 85-95). Thousand Oaks, C. A: Sage.

Cunningham, M. R., & Barbee, A. P. (2000). Social support. In. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.,). *Close relationships: A sourcebook* (pp. 273-285). Thousand Oaks, C. A: Sage.

Cutrona, C. E. (1996). *Social support in couples.* Thousand Oaks, C. A: Sage.

Fehr, B. (1996). *Friendship processes.* Thousand Oaks, C. A: Sage.

Hart, S. (2001). *Preventing sibling rivalry.* New York: Free Press.

Inman, C. (1996). Friendship among men: Closeness in the doing. In J. T. Wood (Ed.), *Gendered relationships* (pp. 95-110). Mountain View, CA: Mayfield.

Monsour, M. (2002). *Women and men as friends: Relationships across the life span in the 21 st century.* Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

4 Romantik Aşk

Romantik Aşk Hakkında Ne Biliyoruz?

Bağlanma
- Romantik Bağlanma
- Bağlanma Biçemlerinin Sonuçları

Aşk Kuramları
- Aşka Uygulanmış Üç Genel Kuram
- Tutkulu ve Arkadaşça Aşk
- "En İyi Örnek" Yaklaşımları
- Aşk Yolları
- Üçgen Aşk Kuramı

Aşk Biçemleri

Farklı Yaş ve Kültürlerde Aşk

İlişkilerde Yakınlık
- Yakınlığı Kavramsallaştırma
- Yakınlığı Ölçme
- Yakınlığın Bağlamı

Karşılıksız Aşk

Aşktan Kurtulma

İlişki Öyküsü

Okyanusta Yüzmek

Hiç kimse Sandy ve Joe'nun alışılmışın dışında insanlar olduklarını düşünmezdi. Joe, 40 yaşında bir lise tarih öğretmeniydi. Uzun ince yapılı, seyrek kahverengi saçlı ve hafif göbekli biriydi, yani kalabalığın içinden çekip alacağınız biri değildi. Öğrencilerinin sıkıcı hâle gelmeden tarih öğrenmelerini isteyen vicdanlı bir öğretmendi fakat çalıştığı şehrin lisesinde "Yılın Öğretmeni" değildi. Öğrenciler onu yeterince çok seviyorlardı.

Bir lider olmamasına ve öğretmenler birliğine etkin katılımdan kaçınmasına karşın, diğer öğretmenler de onu seviyorlardı. Yalın işlerde Joe'ya güvenebilirdiniz. Bir kış akşam üzeri birinin arabası çalışmayacak olsa, elinde ara kabloyla arabayı çalıştırmaya yardım edecek ve ayrılmadan önce düzgün çalışıp çalışmadığını görmek için bekleyecek biri varsa o da Joe'ydu. Eylül ayının başlarında, okul yılı hiç bitmeyecekmiş gibi,

önlerinde uzandığında isteyen herkese bahçesinden domates getiren yine Joe'ydu. Ve Joe basketbol sonuçlarını her zaman ama her zaman bilen tek kişiydi. O basketbolu çok seviyordu!

İnsanların hep inceliğine gönderme yaptıkları Sandy, biraz sessiz biriydi. Orta boylu, tombulcaydı (bugünlerdeki kadar tombul olmamakla birlikte) ve kısa, kızıla çalan saçları daha yeni beyazlamaya başlamıştı. O şimdi otuzlarının sonlarında, alışık olmadığı ilköğretim okulu sınıflarındaki yorucu günlerle, iki çocuk annesi olarak geçirdiği yorucu günler ve ara sıra arkadaşlarla geçirilen sakin zamanlar arasında gidip gelen bir vekil öğretmendi. Sandy arkadaş canlısı diyebileceğiniz biri değildi fakat birçok iyi arkadaşı vardı -bazıları ilkokuldan beri sahip olduğu aynı kız arkadaşlarıydı. Arkadaşları onu sevdiği gibi, o da arkadaşlarını çok seviyordu. Biri, konuşacak birine ihtiyaç duyduğunda ya da omzunda ağlayacak birini aradığında, Sandy'i çağırırdı. Ve o kendi sessiz sakin hâliyle her zaman dinler ve yardım etmeye çalışırdı.

Evlilikte biraz gecikmiş olmakla birlikte Joe ve Sandy 10 yıldır evliydiler. Öğretmenlerin katıldığı bir bahar eğitim seminerinde aynı küçük grup tartışmasında karşılaşmışlardı. Karşılaştıkları ilk gece yemeğe çıktılar ve giderek birbirlerini daha sık görmeye başladılar; öyle ki artık birbirlerinden ayrı çok az vakit geçiriyorlardı. O zamandan beri hep böyle gitti; yalnızca zorunlu oldukça ayrı kalıyorlardı. Oldukça çabuk nişanlandılar ve evlendiler. Birbirlerini bulmaları uzun bir zaman almıştı ve hiç zaman kaybetmek istemiyorlardı.

Sandy ve Joe'nun iki çocukları vardı: 6 yaşındaki oğulları John ve hemen hemen 2'sindeki kızları Sarah. Çocuklar Sandy ve Joe için son derece önemliydiler. Bekâr geçirdikleri uzun yıllar boyunca çocuk yapma şöyle dursun, ne Sandy ne de Joe sevecekleri ve evlenecekleri birini bulacaklarından bile emin değillerdi ve Sarah doğduğunda bazen bir mucizeyi yaşıyor olduklarını düşünmüşlerdi. Bir süre sonra Sandy yarım gün öğretmenliğe geri döndü ve işteyken çocuklar iki büyükanne-büyükbaba takımından ya biri ya da diğeriyle kalıyorlardı. Para durumları kısıtlıydı -öğretmenler zengin olamazlar- ve Joe'nun ufak tefek sağlık sorunları vardı, genel olarak, her şey neredeyse gerçek olamayacak kadar iyi görünüyordu.

Sonra Sandy kitleyi buldu. Sarah yaklaşık 2 yaşındayken bir gün Sandy duş alıyordu. Sabunlu lifi vücudunda gezdirirken bir şeyi fark etti. Sol memesinde hemen altta, meme ucu çevresinin dışındaydı. Küçük bir çakıl taşı gibi sert bir şeydi. Sandy o anda üzerinden geçen o panik dalgasını bir daha hiç unutamadı, midesinin nasıl bulandığını ve yüreğinin nasıl şiddetle atmaya başladığını, bunun onun başına geldiğine nasıl inanamadığını. Sonraki birkaç gün bulanıktı. Aile doktoruna telefon ettiğini ve doktorun "Büyük bir olasılıkla bu önemsiz bir şeydir. Sandy, özellikle görece bu genç yaşta fakat yalnızca emin olmak için bir kontrol edelim." diyerek bir gün verdiğini anımsıyordu. Arkasından mamogram, (radyolog tarafından "şüpheli" olarak etiketlenmiş), bir cerrahla yapılan görüşme ve bir biyopsi geldi. Ve her zaman, aradaki o hiç bitmek tükenmek bilmeyen bekleyiş vardı. Sonunda doktorun telefonu ve o "meme kanseri" sözleri.

Sandy donup kaldı, diğerleri de öyle. Joe, her zaman yapmayı istediği lise yardımcı basketbol çalıştırıcılığında ikinci yılına yeni başlamıştı. Bu iş onun okul sonrası bütün zamanını ve birçok akşamını alıyordu, fakat yaptığı işin her dakikasını seviyor-

du. John, 6 yaşında utangaç bir çocuk için büyük bir macera olan ilkokul birinci sınıfa daha yeni başlamıştı. Okul onu bütün gün heyecanlandırıyordu, fakat değişikliklere alışmak biraz zamanını aldı. John olayların önceden kestirilebilir olmasını isteyerek doğmuş görünüyordu. Sonra henüz 2 yaşına basmak üzere olan Sarah vardı. Joe ve Sandy'nin hemen bütün aile ve arkadaşlarının tepkisi "Bu olamazdı". Joe çok destekleyiciydi ve cerrahla ve ardından da yakın gelecekte doktoru olacak onkologla görüşmeye Sandy ile birlikte gitti. Ve Joe, radyasyonlu lamptektomi yerine mastektomiye (göğsün ameliyatla alınması) karar verdiğinde onu destekledi. Göğsünü kaybetmek istemiyordu ve lamptektomiyle göğsünün büyük bölümü korunacaktı fakat 6 hafta boyunca haftada 5 gün radyasyon tedavisi almak zorunda kalacaktı. Ve iki küçük çocuğun annesi olarak, 30 radyasyon tedavisi için zamanının olmadığını düşündü.

Sarah'nın ikinci doğum gününden önceki o bir hafta işte bunlar olmuştu ve Sandy mastektomi için hastaneye gitti. Öyle bir depresyona girmiş, o kadar korkmuştu ki durmadan ağladı. Kafasını en fazla meşgul eden düşünce Sarah ve John'un annesiz büyümeleriydi. Büyüdüklerinde onu hatırlayamayabilirlerdi bile. Buna dayanamayacağını düşünüyordu.

Ama dayandı. Ameliyatla iyileşme dönemine ve kuşkusuz "kanser tedavisinin bir güvencesi yoktur, fakat lenf bezleriniz temiz dolayısıyla iyileşme olasılığı gayet iyi" sözlerine başarıyla dayandılar. Sandy bir güvencesi olmadığını biliyordu ve Joe da öyle. Ardından kemoterapi başladı. Eğer bir okyanusta yürümüş ve bir suda oynamışsanız bir dalga tarafından yere yıkılmış ve sonra yeni bir dalgayla yeniden düşmemek için çabalayıp ayaklarınızın üzerinde durmaya çalışmışsanız, Joe ve özellikle Sandy'nin kanser tanısından sonraki ilk yıl içinde neler yaşadıklarını kestirebilirsiniz. Düştü, ayağa kalktı. Ameliyat. İyileşme. Kemoterapi. İyileşme. Yaşadıkları "bir zamanlar bir gündü." İkisinin de ana babaları çocuklara bakmak için uzun saatler harcadılar; Sandy'nin arkadaşları yemek yapıp getiriyorlardı; Joe'nun iş arkadaşları araya girdiler ve baş antrenör antrenmanlara katılamadığında Joe'nun yerini dolduracak birini buldu. Basketbol takımındaki çocuklar bile yardım etmeye çalıştılar. "İyi gidiyor." demesini umarak "Nasıl gidiyor koç?" diye soruyor ve orada bırakıyor ayrıca ailesinin durumunun farkında olduklarını bilmesini istiyorlardı.

Küçük Sarah olup bitenin çoğunu anlamış görünmüyordu, seven bir aile üyesi onunla ilgilenmek için her zaman yanındaydı. Arkadaş canlısı ve anlık bir işaretle dünyayı harekete geçirmeye hazır olan Sarah çevresindeki dertlerden görece uzak görünüyordu. Öte yandan, John zaman zaman çevresindekilere yapışıyor, korkmuş görünüyor, birinci sınıfı çok sevmesine karşın bazen okula gitmek istemiyordu. Okuldan eve döndüğünde annesinin evde olacağına ilişkin ayrıntılı bir güvence istiyordu. Eğer annesi dışarıda bir yerde ise, tam olarak ne zaman evde olacağını bilmek istiyordu. John'un bütün istediği dünyasının yeniden kestirilebilir hâle gelmesiydi.

Ve sonunda birinci yılın ardından, yavaş yavaş yaşam daha kestirilebilir hâle geldi. Sandy yeniden kendisini hemen hemen eskisi gibi hissetmeye başlıyordu, kuşkusuz bir göğsü eksikti. Joe onun yara izli göğsünü dert etmez görünüyordu; cinsel ilişkileri büyük ölçüde eskiden beri olduğu gibiydi. Joe her zaman Sandy'nin kendisini özel hissetmesini sağlamanın bir yolunu buluyordu. Öğretmenler seminerinde tanıştıkları ilk günden başlayarak, ona her zaman çok güzel göründüğünü, saçının çok güzel olduğunu, onu olduğu gibi sevdiğini söylüyordu. John'un doğumundan

bir hafta önce gittikleri akşam yemeğini hatırladı; Sandy hamileydi ama Joe ona yaşamında gördüğü en güzel hamile kadın olduğunu söylemişti. Ve ona göre, öyleydi de.

Böylece, yaşam neredeyse normale dönüyordu. Sandy'nin arkadaşları nasıl hissettiğini sormak için telefon etmeyi kesmişlerdi ama öğle yemeğinde birlikte olmak için hâlâ arıyorlardı. Büyük ana babalar sürekli kaygılanmıyorlardı artık. Joe'nun basketbol takımı bir önceki yıl neredeyse tüm maçlarını kazanmıştı ve daha iyi bir yeni dönemi dört gözle bekliyorlardı. John, ilk t-ball takımında oynayacağı için çok heyecanlıydı. Aile kendini yaz mevsiminin akışına bırakmış, daha kolay nefes alır olmuştu.

Sonra, Sandy üşüttü ve üzerinden atamadığı bir öksürüğe yakalandı. Sandy zatürre olup olmadığını anlamak için göğüs röntgeni çektiren doktoruna gitti. Röntgen, zatürreye işaret etmemekle birlikte göğüs kemiği üzerinde bir leke gösteriyordu -sonradan kanser olduğu anlaşılan bir leke. Bu, yaşananlarda yeniden başa dönmeydi ve bir karabasanın yeniden görülmesiydi fakat Sandy'nin bir daha uyanamayacağı bir karabasan. Yine de her şeyin ortasında, her boşluğu dolduran. Sandy'ye sürekli "Başaracaksın, hep birlikte başaracağız." diyen Joe vardı.

Böyle bile olsa, altı aylık radyasyon tedavisine dayanmaya çalışırken bu sözleri duymak Sandy için zordu. Yalnızca 1 yıl önce zaman bulamadığı için göze alamadığı o radyasyon tedavisine 6 hafta katlandı. "Bu benim kanserim, senin değil. Kimsenin yapabileceği bir şey yok." diyerek Joe'yu itti. Radyasyon tedavisi bittikten sonra kemoterapi yeniden başladı. Kemoterapi alıyor, bir haftayı hasta geçiriyor, sonraki iki hafta boyunca giderek kendisini daha iyi hissediyor ve her şeye yeniden başlıyordu. En kötüsü de çoğu zaman zihnini bulanıklaştıran kemoterapinin neden olduğu o "beyin sisi" idi. Okyanus dalgaları onu yıkmaya devam ediyordu ve Sandy bu kez tekrar ayağa kalkamayacağından korkuyordu; boğulabilirdi. Fakat tam da dibe battığını hissettiği bir sırada Joe bir can yeleği ile oradaydı. Can yeleği kendisiydi. Kustuğunda başını tuttu ve kendisine bakamadığında ona baktı. Hiç istemese de çalıştırıcılık görevinden ayrıldı. Tarih öğretmenlerinin kestirilebilir saatleri ve aileleri için zamanları vardır. Çalıştırıcılarınsa uzun saatleri ve uzakta bir sürü oyunları vardır. Basketbol ve göğüs kanseri bir arada gitmiyordu. Joe basketbolu seviyordu ama ailesi ile oyun arasında bir tercihte kararsızlık olamazdı.

Aşk iki yönlü bir sokaktır, güç de öyle. Sandy, kemoterapinin bütün yan etkileri ile başa çıkarak gün be gün yaşamına devam etmek için suyun üzerinde kalmaya çabaladı. Ne zaman yorulup bırakmayı düşünse sahilde duran Joe ve çocuklara bakıyor ve yeniden yüzmeye başlıyordu. Yaşamı için yüzüyordu.

Bir çocuğu yetiştirmek için bir köyün gerektiği doğru olabilir fakat kanserle başa çıkmak için bir köyün gerektiği ise kesinlikle doğrudur. Ve Sandy'nin köyü de olması gerektiği kadar kalabalıktı. Annesi, Sarah ile ilgilendi ve babası John'u arabasıyla t-balla getirip götürdü. Kayınvalidesi saçları döküldüğünde ona bir peruk aldı ve kayınpederi de bozulan ara kapıyı onardı ve bahçedeki yabani otları temizledi. Erkek kardeşi çimleri biçti ve arkadaşları yine yemek yaptılar. İşte böylece düzeni sürdürdüler.

Daha önce de olduğu gibi Sandy, şaşırtıcı bir biçimde, tedaviye iyi yanıt verdiğini hissediyordu. En sonunda kemoterapi sona erdi, göğüs kemiği üzerindeki leke kayboldu ve o düzeleceğine inandı. Bazı bakımlardan kemoterapiyi bırakmak sürdürmekten daha korkutucuydu. Kemoterapiye devam ederken bir şeyler yaptığını

hissediyordu; bıraktıktan sonraysa ne yaptığından emin değildi. Joe ve Sandy'nin yaşamları yavaş yavaş bir bölümüyle göğüs kanserinden önceki durumuna geri döndü. Bütünüyle değil kuşkusuz. Sandy'nin göğüs kanseriyle ilk karşılaşmasında aldıkları "iyi haberin" bir yanılsama olduğu anlaşıldı; bu nedenle Sandy ve Joe için bu kez bir yanılsama söz konusu değildi. İnançları-güçlü inançları vardı fakat bir yanılsama değildi. Sandy bir bölümüyle sigortanın karşılamadığı tedavi giderlerini karşılamak fakat daha çok sınıfı özlediği için vekil öğretmenliğe geri dönmeyi düşünmeye başladı. Sarah ve John iyi götürüyor görünüyorlardı. Hatta Joe bile, basketbol takımı çalıştırıcılığına geri dönmeyi düşünmeye başladı -şimdi değil ama bir gün. Sandy ile Joe birbirlerine sıkıca sarıldılar ve yavaş da olsa, geleceklerine deneme adımları atmaya başladılar.

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Sandy ve Joe, Sandy'nin göğüs kanseri tanısından önce birbirilerine olan aşklarını nasıl dışa vuruyorlardı?
- Kanser tanısından sonra aşkı ifade ediş biçimleri nasıl değişti?
- Sizce bir ilişki için arkadaşça aşk mı, yoksa tutkulu aşk mı daha iyi bir temeldir? Neden?
- Bu bölümde tartışılan aşk kuramlarından, sizin kendi kişisel deneyimlerinize en uygulanabilir olanları hangileridir?
- Hangisi daha önce gelir cinsellik mi, aşk mı yoksa ikisi birlikte mi?

Romantik Aşk Hakkında Ne Biliyoruz?

Sandy ve Joe'nun öyküsü bu bölüme alışılmışın dışında bir başlangıç sağlamış gibi görünebilir. **Aşk** öykülerini düşündüğümüzde gözümüzün önüne sıklıkla, görkemli bir düğünle evlenip bir jet uçağına atlayarak Fransız Rivierası'na ya da Güney Pasifik'e balayına giden bir film yıldızı çifti gelir. Ya da televizyonda ve magazin reklamlarında birbirlerine özlemle bakan genç, güzel insanları aklımızdan geçiririz. Fakat çoğunlukla, aşk yakınımızdaki insanlar, ailelerimiz ve kendimizle ilgilidir. Aşk hem çok fazla ülküselleştirilmiştir hem de günlük yaşamlarımızın ayrılmaz bir parçasıdır.

Aşk, hepimizin bildiğine inandığı bir sözcüktür. Sözlüklerde, aşkın karşılığı "Büyük romantik yeğinlikle sevme" olarak verilir. Sevilenlerin iyilik ve mutluluğu isteme ve bunun için çalışma gibi niteliklerden de söz edilebilir. Romantik aşk; *birine doğru çekilme, âşık olma, aşk yaşama* ve *sevmenin* eşit aralıklarla sıralandığı bir boyut olarak düşünülebilir. Âşık olma, birbirlerine doğru güçlü bir biçimde çekilen insanların duygularını derinleştirmeleri ve ilişkiyi sürdürmek istemeye başlamalarıyla doğar. Âşık olma, genel olarak yüksek fiziksel uyarılmayı, artan duygusallığı ve sevilen kişinin sık sık düşünülmesini içerir. Kuşkusuz bir bütün olarak *âşık olma* kavramı bu bölümde daha sonra tartışılacağı gibi, yalnızca belirli özellikleri olan insanlar için anlamlıdır. Diğer insanlarda aşk *zamanla* gelişir.

Gerçek aşık olma durumu, daha genel anlamda, sevgiden biraz değişik görünür. Meyers ve Berscheid (1997) âşık olmanın alışılmış olarak cinsel bir çekim/arzu bileşeni ile ilişkili olduğunu, daha genel anlamda sevgininse cinsel bir bileşeninin olmadığı ve romantik partnerler, aile üyeleri ya da arkadaşlar için kullanılabileceğini ortaya koydular.

Aşk kuram ve ölçümünün bazı tartışmalara nasıl dayandığını kısmen açıklayan birçok aşk türü, yönü ve aşk üzerinde birçok etki vardır. Aşk farklı türden birçok ilişkiye uygulanabilir olmakla birlikte -ana baba/çocuk, erkek kardeş/kız kardeş, arkadaş/arkadaş- burada odak noktası yetişkin romantik aşkıdır. Bu bölümde, romantik bağlanma ile başlayarak, romantik aşkı inceleyen araştırma ve kuramlar belirli bir ayrıntıda tartışılacaktır.

Bağlanma

Bölümde tartışıldığı gibi (Baumeister ve Lear 1995), insanların bağ kurmaya ihtiyaçları vardır. Bağ kurmanın bir biçimi, büyük ölçüde bir bebek/bakıcı (sıklıkla annedir) etkileşimini içerir. Bu etkileşimin bir bölümü daha önce de tartışılmış olan ve bağlanma adı verilen coşkusal duygulanmayla gelen fiziksel yakınlıktır.

Bowlby (1973) bakıcısına yakınlık arayan bir bebek ya da yeni yürüyen bağlamında bağlanma davranışına odaklandı ve bu tür davranışları, bu tür bir yakınlık arayan bebeklere bir güvenlik avantajı sağlayan ve evrimsel olarak uyuma hizmet eden davranışlar olarak gördü. Diğer bilim insanları (ör., Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978) bebeklerin bağlanma biçemlerini değerlendirmede bir yaklaşım geliştirerek Bowlby'nin çalışmalarını ilerlettiler. Üç geleneksel bağlanma biçemi *güvenli, kaçınmacı* ve *kaygılı* ya da *kaygılı/kararsız* bağlanmadır. Bağlanma ilişkileri bebeklikte başlar fakat yaşam boyunca önemlidir ve ana baba, kardeşler ve yakın arkadaşlarla olduğu kadar partnerlerle olan ilişkileri de kapsar (Feeney, Noller ve Roberts, 2000).

Romantik Bağlanma

Hazan ve Shaver (1978), romantik bağlanma çalışmalarını başlatarak bağlanma kuramını yetişkin romantik ilişkilerine uygulamada ilktiler. Topluluk katılımcıları ve üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları ilk araştırmalarında deneklerin %54'ünün *güvenli*, %25'inin *kaçınmacı* ve %19'unun *kaygılı/kararsız* olarak sınıflandırılabileceğini ortaya koydular. Daha sonraki araştırmacılar (ör., Bartholomew, 1990) hem kuramı hem de bağlanmanın ölçümünü üç yerine dört biçemi kapsayacak biçimde düzelttiler ve genişlettiler: *güvenli, saplantılı, kaçınmacı (gözden çıkarıcı) ve korkulu kaçınmacı*. Şimdilerde birçok araştırmacı dört yetişkin bağlanma biçemini kabul etmektedir. Bağlanma biçeminin diğer ilişkisel etmenler için doğurguları üzerinde olduğu kadar, bağlanmanın kararlılığı üzerine de oldukça çok araştırma vardır (Feeney ve Noller, 1996).

Feeney ve arkadaşları (2000) tarafından ayrıntılı olarak özetlendiği gibi, bağlanma biçemlerinin kararlılığı konusunda sürekli bir tartışma vardır. Birçok insanda bağlanma biçemleri zamanla değişmektedir ve bazı araştırmacılar, bunun ölçme etmenlerinden kaynaklandığını belirtmektedirler (ör., bir uygulamadan diğerine

güvenilir sonuçlar vermeyen anket ya da görüşme teknikleri). Ancak bağlanma biçemlerinde gözlenen değişiklikler, yalnızca ölçüm hatalarından kaynaklanamayacak kadar büyüktür. Bunlar, kişinin ilişkileri yaşamasındaki temel değişikliklerden (ör., mutlu ve kararlı bir evlilik) kaynaklanıyor ya da daha kısa dönemli durumsal değişiklikleri yansıtıyor olabilir (ör., birinin doyumlu bir arkadaşlık ve romantik ilişki yaşadığı görece kararlı bir dönem). Kararlılık ayrıca mizaç gibi bireysel özelliklerden de etkilenebilir (Feeney ve ark., 2000).

Çok büyük bir olasılıkla, erken yaşantılarımız ve bize özgü, bireysel yaratılışımız yakın ilişkilerimizde bizi belirli bir bağlanma biçemine eğilimli hâle getirmektedir (İyi bir şans eseri birçoğumuz için bu, *güvenli* bağlanma gibi görünmektedir). Ancak yine de sürekli olarak yeni ilişkiler yaşıyor ve yaşam deneyimleri ediniyoruz. Bu ilişki ve deneyimler sırasında bir partnerin ihaneti güvenli bağlanma biçemimizi sarsabilir ya da sürekli ve kestirilebilir biçimde seven bir romantik partner takıntılı bağlanma biçemimizi kararlı hâle getirebilir. Böylece kim olduğumuzun başka birçok yönüyle de olduğu gibi, "Onunla (bağlanma biçemimiz) mı doğduk?" ve "Onu (bağlanma biçemimiz) öğrendik mi?" sorularının her ikisi de nitelikli bir evetle yanıtlanabilir.

Bağlanma Biçemlerinin Sonuçları

Bağlanma, iletişim, çatışma, duygusal düzenleme, ilişkisel nitelik ve ilişki kararlılığı da içinde olmak üzere zamanla romantik ilişkilerin birçok yönüyle ilişkilendirilmiştir (Feeney ve Noller, 1996; Feeney ve ark., 2000'de ayrıntılı olarak verilmiştir). Farklı bağlanma biçemleri olan insanlar, romantik ilişkilerinden ve ilişki partnerlerinden farklı şeyler bekleyebilirler. Örneğin, güvenli kişiler yakınlığı hoş karşılarken, kaçınmacı kişiler bundan korkabilir. Kaygılı kişiler terk edilmekten korkabilirler. İnsanlar, ilişki partnerlerinde belirli bağlanma nitelikleri arayabilirler ya da belirli bir partnerle birliktelik kişinin bağlanma biçemini değiştirebilir. Örneğin, güvenli kişiler, romantik ilişki partneri olarak başka güvenli kişileri arayabilirler ya da güvenli bir kişiyle uzun süreli bir ilişki kaygılı ya da kaçınmacı bir kişiyi daha güvenli bir kişi hâline getirebilir (Feeney ve ark., 2000).

İnsanlar ayrıca, başkalarında belirli davranışlara neden olacak biçimlerde kendi bağlanma biçemleriyle tutarlı olarak da davranabilir. Bir hafta boyunca toplumsal ilişkilerinin yapılandırılmış bir günlüğünü tutan 125 kişi üzerinde yapılan bir çalışmanın sonuçları (Tidell, Reis ve Shaver, 1996), değişik bağlanma biçemleri olan insanların gerçekten farklı toplumsal etkileşim örüntüleri kaydettiklerini göstermiştir. En büyük tat almayı, yakınlığı ve en çok olumlu duyguyu güvenli kişiler kaydetmişlerdir. Kaygılı/kararsız kişiler, güvenli kişilere benziyorlardı, duygusal olarak değişkendiler. Kaçınmacı kişiler, daha düşük düzeylerde olumlu duygu belirtmişler ve ayrıca "toplumsal etkinlikleri yakınlığı en aza indirecek biçimde yapılandırma eğiliminde" görünmüşlerdir (s. 729).

Güvenli bağlanan kişilerin çoğu, ilişkisel alanda daha başarılı görünmektedir fakat güvenli bağlanmanın bazı sonuçları karmaşıktır. Güvenli bağlanma, çatışma sırasında yalnızca daha yüksek düzeyde açılmayı değil, ayrıca daha esnek bir etkileşimi ve olumlu problem çözme konusunda daha büyük bir güveni de içerir. Güvensiz bağlanma biçemleri olan kişiler (özellikle kaygılı/kararsız ya da saplantılı olanlar) hem

çatışmalarla başa çıkmada (partnerleri yabancılaştırma eğilimli) hem de iletişimde daha az etkilidirler (kaçınmacı kişiler, daha az açılmaktadır, kaygılı/kararsız kişiler, daha az esnek ve daha az uyumludurlar) (Feeney ve ark., 2000). Daha az olumsuz duygu, daha fazla olumlu duygu güvenli bağlanmanın özellikleridir (Simpson, 1990). Hazar ve Shaver'ın ilk çalışmalarıyla tutarlı olarak (1987), daha sonraki araştırmalar güvenli bağlanmayı daha yüksek ilişkisel nitelikle ilişkilendirmiştir.

Ancak ilginç bir biçimde, *güvenli* her zaman *kararlı* anlamına gelmemektedir. Kirkpatrik ve Hazan (1994), dört yıl süren bir çalışmalarında (insanları zaman içerisinde izleyen bir çalışma) güvenli ve güvensiz kişilerin karşılaştırılabilir genel kararlılık düzeyleri belirttiklerini gördüler. Ancak güvenli kişiler, aynı ilişkide kalma eğilimindeyken; güvensiz kişiler aynı ilişkiye birkaç kez girip çıkma eğilimindeydiler. Böylece güvenli bağlanma bir dizi alanda daha büyük ilişki olumluluğuyla ilgili olmakla birlikte, güvensiz bağlanma da her zaman bir ilişkiyi öldürmez.

Diamond (2001), yetişkin bağlanmalarıyla ilgili araştırmaların, bağlanmaların fizyolojik etkilerini incelemesini önermektedir. Bağlanma, temel bir gereksinim olan ait olma gereksiniminin bir anlatım biçimi (1. Bölüm'de tartışıldığı gibi) ve bu nedenle de evrimsel kalıtımımızın bir parçası gibi görünmektedir. Diamond'a göre, bu kadar önemli olması nedeniyle başarılı bir bağlanma, olumlu fiziksel sonuçlarla (belki daha düzgün bir kalp ritmi) ve daha az olumsuz fiziksel sonuçlarla (belki stresle ilişkili hormonlarda azalma) ilişkili olmalıdır. Hâlihazırda, psiko-fizyolojik araştırmalar (10. Bölüm'de tartışılmıştır), çiftlerde çatışmayla stres hormonlarındaki artış arasındaki ilişkileri ortaya koymuştur. Bu özellikle çiftlerde kadın üye için geçerlidir (Kiecolt-Glaser, Newton, Cacioppo, MacCallum, Glaser ve Malarkey, 1996). Bu nedenle güvenli bağlanma gibi romantik olumlulukların ve *güvensiz* bağlanma gibi, romantik olumsuzlukların psikolojik olduğu kadar, ölçülebilir fiziksel etkilerinin de olması mantıklı görünmektedir (Diamond, 2001).

İlişki Öyküsü'ne geri dönüldüğünde (ve insanların yarısından fazlasının belirttikleri anımsandığında) Sandy ve Joe birbirlerine güvenli bağlanmış görünmektedirler. İletişimleri güçlü değil, fakat açılma ve problem çözme alanlarında oldukça başarılıdırlar. Çocukları Sarah ve John için olabildiğince normal bir yaşam sürdürme çabaları ve her ikisinin de anne ve babalarının yardım için seferber olmaları (güvenli bağlanmada bir bakıcının özelliğidir), bu geniş ailede yeterince sıcaklık ve karşılık vericiliğin var olduğunu göstermektedir.

Aşk Kuramları

Bağlanma, başarılı bir aşkın temeli olarak düşünülebilir. Son yıllarda bağlanmaya ilişkin araştırmalarda olduğu gibi, romantik aşka ilişkin araştırmalarda da bir patlama yaşanmaktadır. Dahası, tıpkı bağlanmanın değişik yönlerine ilişkin farklı bakış açıları olduğu gibi (ör., ölçümü, istikrarı), ayrıca birçok aşk kuramı da vardır. Bunların temsil edici bir grubu bu bölümde tartışılacaktır.

Aşka Uygulanan Üç Genel Kuram

Birçok genel insan davranışı kuramı özgül olarak aşka uygulanmıştır. Bu kuramlardan üçü burada kısaca ele alınacaktır.

Sosyo-biyoloji ve genel evrim kuramının bir dalı olan evrimsel psikoloji, sosyal bilimler için kapsayıcı bir kuram olarak önerilmiştir (ör., Buss, 1995). Bu kuram bağlamında, eş seçimi gibi olgular üzerinde daha çok durulurken, aşk da bir odak noktası olmuştur. Mellen'e (1981) göre aşk, bebeklerini besleyip koruyacak olan yetişkin ana babaları birbirine bağlamak için evrim geçiren daha ilkel duygusal bağlanmanın çağdaş sürümüdür. Böyle bir bağlanma çocukların ve türlerin hayatta kalmasını kolaylaştıracaktır. Buss (1988) ayrıca, eş seçimine ilişkide başkalarına dışlanmasının ve benzerlerine götüren ve en sonunda türün hayatta kalmasını sağlayan daha özgül aşk davranışları da tanımlamaktadır. Evrim kuramına göre, bu aşk davranışları, büyük ölçüde toplumsal cinsiyet temelinde farklılaşmak eğilimindedir. Bağlanma kuramının gerçekten evrim temelli olması nedeniyle, evrimsel kuramla bağlanma kuramının ortak birçok yönü vardır.

Toplumsal yapısal ve toplumsal öğrenme kuramlarına göre, davranışların büyük bölümü, evrimsel kalıtımımızın bir parçası olarak dayatılmak yerine, toplumsal ve kültürel olarak yapılandırılmış ve öğrenilmiştir (ör., Eagly ve Wood, 1999). Bu davranışların yorumları da ayrıca, kişinin kültürü ve tarihsel dönem tarafından yapılandırılmış, biçimlendirilmiş ve yeniden biçimlendirilmiştir. Örneğin; evrimsel psikologlar, erkeklerin büyük göğüslü ve ince belli kadınlara aşık olacaklarını söyleyebilirler çünkü onlara göre, insanların uzak geçmişlerinde böyle kadınlar büyük bir olasılıkla daha verimliydiler ve daha sağlıklı çocuklar doğuruyorlardı. Öte yandan, sosyal öğrenme kuramcıları, içinde bulunduğumuz tarihsel dönemde, Batı toplumlarındaki erkeklere, kültürlerinin büyük göğüs ve ince belin bir güzellik simgesi olduğunu öğrettiğini ve bu nedenle erkeklerin bu özelliklere sahip kadınları çekici bulduklarını söyleyebilirler (Balık etli kadınların değerli olduğu tarihsel dönemlerin aksine). Kadınlar da sırasında, göğüs ve bel ölçüleri temelinde değerlendirilebileceklerini öğrendikleri için, kozmetik ve cerrahi yollardan göğüslerini büyütme ve bellerini inceltme yolları arıyor olabilirler (Evrimsel psikoloji ve toplumsal öğrenme kuramları 10. Bölüm'de daha ayrıntılı olarak tartışılmıştır).

İlişkilere uygulanan üçüncü bir büyük kuram Aron ve Aron'un (1996) *benliği genişletme kuramıdır.* Bu kuram'a göre insanlar, deneyimleri, insanları ve hatta sahibi oldukları şeyleri kendi benlik kavramları içinde kaynaştırarak büyümeye ve benliklerini geliştirmeye çalışırlar. Benliği genişletmenin en son amacı, benliği büyütmek değil, fakat evrenle var olan her şeyle bütünleştirmektir. Aron'a göre başka biriyle paylaşılan aşk, genişletmenin temel bir kaynağı olabilir.

Bu üç kuram ilginç olmakla birlikte odak noktaları aşktan çok daha geniştir. Bu nedenle, Sandy ve Joe için bu kuramları evliliklerine uygulamak büyük bir olasılıkla zor olacaktır. Her biri, ilişkileri ve ortaklıkları sayesinde büyüyüp geliştiklerinin farkına vararak ilişkileri için büyük bir olasılıkla benliği genişletme kuramını daha uygun bulacaktır.

Tutkulu ve Arkadaşça Aşk

Tutkulu aşk yeğin uyarılma ve bir partnerle kaynaşmadan oluşur ve duygu yüklüdür. Öte yandan, **arkadaşça aşk** kişinin yaşamına bağladığı bir partner için derin ve kalıcı bir duygudan oluşur. Bu aşk kavramları, Walster ve Walster (1978) kadar

Berscheid ve Walster (1978) tarafından da açıklandığı gibi, aşk çalışmalarının temelini oluşturuyordu. Tutkulu aşk varsayımsal olarak, ilişkinin erken bir döneminde başlar ve eğer ilişki devam ederse tutku, arkadaşça aşka dönüşür. Böyle bir görüş, tutkulu aşka neredeyse durumsal (ör., geçici) arkadaşça aşka da kişilik özelliğine benzer (sürekli) bir nitelik katmaktadır. Hatfield ve Sprecher (1986), yaygın olarak kullanılan bir tutkulu aşk ölçeği (passionate love scale) geliştirmiş ve arkadaşça aşk da değişik biçimlerde ölçülmüştür.

Daha yakın bir geçmişte yapılan araştırmalar tutkunun, her zaman arkadaşça aşka dönüşen bir nitelik olmadığına ancak iki çeşit aşk türünün yakın ilişkilerde birlikte var olduğuna işaret etmektedir. Örneğin, S. S. Hendrick ve C. Hendrick (1993) katılımcılardan romantik ilişkilerini anlatan öyküler yazmalarını istediler (daha doğrusu öykücükler). Bu öyküler aşk temaları için çözümlendi, en sık rastlanan aşk teması arkadaşlık temasıydı. Bu araştırmanın bir parçası olan bir başka çalışmada, üniversite öğrencisi katılımcıların neredeyse yarısı romantik ilişki partnerlerini "en iyi arkadaşları" olarak betimlediler. Sprecher ve Regan (1998) hem tutkulu hem de arkadaşça aşkın bağlanma ve ilişki doyumuyla ilişkili olduğuna işaret eden benzer bulgular elde ettiler. "Kalıcı romantik ilişkilerin korunabilmesi için hem tutku hem de arkadaşlık gerekli görünmektedir." (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 2000, s. 205).

Ancak Fehr ve Broughton (2001), aşkta kişilik ve cinsiyet farklılıklarını araştırmışlar ve hem kadın hem de erkek yanıtlayıcılar kendileri için tutkulu aşktan çok, arkadaşça aşkın daha genel anlamda aşkı temsil ettiğini belirtmişlerdir. Ek olarak, bu çalışmada "bakıcı" kişiliğe sahip insanlar aşkı arkadaşlık açısından kavramsallaştırırken, "bakıcı olmayan" kişiliğe sahip olanlar aşkı tutku açısından kavramsallaştırmışlardır (s. 134).

Sandy'nin kanser tedavisi sırasında arkadaşça aşk daha başat olmakla birlikte, Joe ve Sandy'nin ilişkilerinde de hem tutkulu hem de arkadaşça özelliklerin bulunduğu açıktı. İlk buluşmalarından başlayarak birbirleriyle arkadaşlık için güçlü bir çekim geliştirdiler ve zamanla aşklarının her iki yönü de derinleşti. Aşkın bir yönünü diğerine tercih etmek zorunda kalmaktan nefret ederlerdi.

"En İyi Örnek" Yaklaşımları

Bir en iyi örnek yaklaşımı, aşk gibi bir kavramı bütün özellikleri açısından değil, en iyi örnek adı verilen en iyi ya da en temsil edici özellikler grubu açısından tanımlar. Fehr (1998, 1993), aşka en iyi örnek yaklaşımı üzerinde çalışarak arkadaşlıkla ilgili özelliklerin tutkusallıkla ilgili olanlardan daha önemli bulunduğunu ve romantik sevginin genel anlamdaki aşkın, ana baba sevgisi gibi aşk türleri kadar iyi bir örneği olmadığını ortaya koymuştur (Fehr ve Russell, 1991). Aşkın birçok çalışmada bulunan en iyi örneksel özellikleri bakıcılık, arkadaşlık, dürüstlük, güven ve saygıdır (Fehr, 1993).

Çoğu "en iyi örnek" araştırmasının genel aşk kavramı üzerinde odaklaşmasına karşın Regan, Kocan ve Whitlock (1998) yalnızca romantik aşkı çözümlediler ve romantik aşk için tutkusal ve cinsel yönlerin Fehr'in genel aşk kavramı için ortaya koyduğundan daha önemli olduğunu gösterdiler. Ancak, dürüstlük ve güven gibi arkadaşlık özellikleri hâlâ cinsellik ve tutkudan daha önemliydi.

Sandy ve Joe bu görüşe katılırlardı. Daha önce de belirtildiği gibi, tutku ve cinsellik kesinlikle Sandy ve Joe'nun ilişkilerinin bir parçasıydı, özellikle ilişkisel gelişimlerinin belirli dönemlerinde, fakat duygudaşlık yönleri aşklarının, hem iyi hem de kötü zamanlarında görülen özellikleriydi. Örneğin, her partner hemen hemen her bakımdan diğerine güvenir. Ayrıca, birbirlerine karşı dürüsttürler. Aşk sözcüğünü duyduklarında, ilk akıllarına gelen şey birbirleri için hissettikleri derin duygu, kendilerini çocuklarına adamışlıkları ve onları saran ve ayakta tutan aile ve arkadaşlarının yarattığı dayanışma çemberidir.

Aşk Yolları

Birçok bilim adamı, "iletişimin öznel, romantik aşk deneyimini hem açığa vuran hem de belirleyen temel eylem" olduğuna işaret ederek aşkın iletişimsel yönlerini vurgulamıştır (Marston, Hecht ve Robers, 1987, p. 392). Marston ve arkadaşları, romantik ilişki içindeki kişilerle görüştüler ve sonra bu görüşmelerin niteliksel ya da içeriksel çözümlemelerini hem kişiden partnerine hem de partnerinden kişiye iletişimsel davranış kategorileri türetmek için kullandılar (ör., "seni seviyorum" deme, dokunma, vb.). Bu yazarlar, aşkın hem yaşanma hem de ifade edilme (*aşk yolları*) yollarının bir sınıflamasını geliştirmeyi sürdürdüler. Geliştirdikleri aşk yolları sınıflaması *etkin aşk, sezgisel aşk, güvenli aşk* ve *geleneksel romantik aşk*'ı içermektedir. Her aşk türü biraz farklı yollardan dışa vuruluyordu (ör., sezgisel aşkta sözsüz iletişim; etkin aşkta duyguları tartışma).

Sandy ve Joe, aşkı büyük ölçüde birbirleriyle yaptıkları şeylerle anlatıyorlardı. Sandy duyguları hakkında Joe'dan daha fazla konuşmak eğilimindeyken Joe aşkını Sandy'nin hastalığı ve iyileşmesi sırasında onunla daha fazla birlikte olabilmek için çalıştırıcılık işini bırakma gibi, sözsüz olarak göstermek eğilimindeydi.

Üçgen Aşk Kuramı

Sternberg (1986), *yakınlık, tutku* ve *bağlanma* olmak üzere üç ana bileşenden oluşan bir üçgen aşk kuramı önermiştir. Bu üç bileşen sekiz farklı aşk türü için farklı oranlarda bir araya getirilebilir: Aşksız aşk (her üç bileşen de yok); sevgi (öncelikle yakınlık); delicesine aşk (öncelikle tutku); boş aşk (öncelikle bağlanma); romantik aşk (yakınlık ve tutku); arkadaşça aşk (yakınlık ve bağlanma); aptalca aşk (tutku ve bağlanma) ve kusursuz aşk (üç öge de var).

Bileşenler birbiriyle yüksek düzeyde ilişkili oldukları için üç ögenin ölçümü biraz sorunlu olmuştur (ör., Acker ve Davis, 192). Ancak yine de romantik ilişkilerde çok önemli oldukları gösterilmiştir. Örneğin; Aron ve Westbay (1996) araştırmalarında, Fehr (1988, 1993) tarafından kullanılan 68 "en iyi örnek" özelliğini faktörlere ayırmışlar ve temelde, yakınlık, tutku ve bağlılığı yansıtan, üç-etmenli bir yapıya ulaşmışlardır. Marston, Hecht, Manke, McDaniel ve Reeder (1998) yaklaşık 80 romantik çiftten bir dizi veri toplamış ve Aron ile Westley'de olduğu gibi yakınlık, tutku ve bağlanmanın ilişkilerde var olduğunu görmüşlerdir. Dolayısıyla bu üç bileşen aşkın ana ögeleri gibi görünmektedir.

Eğer Sternberg'in sekiz aşk türü Joe ve Sandy'e uygulansaydı, özellikle evliliklerinin bu döneminde daha çok arkadaşça aşk (yakınlık ve bağlanma) yaşıyorlarmış gibi görünmekle birlikte, genel olarak çiftin kusursuz bir aşk (üç öge de var) yaşadığı söylenebilirdi. Herhangi bir çift için günlük temelde tutkuya ulaşmak zordur; bir çiftin iki küçük çocuğu varsa tutkulu aşka ulaşılması daha da zordur ve yaşamı tehdit eden bir hastalıkla boğuşurken yakalanması iyiden iyiye zora girer. Fakat tutku, çiftin son hafta ya da ay boyunca cinsel ilişki sayısıyla ölçülemez. Ölçümü, daha çok kişinin hem kendi içinde hem de partneriyle birlikte alınan zevk hoşnutluğuna dayanır. Özetle tutkunun bu geniş tanımı kesinlikle Sandy ve Joe'nun durumuna uygundur.

Aşk Biçemleri

İnsanların kişisel biçemleri, çalışma biçemleri ve hatta giyim biçemleri vardır. Öyleyse neden aşk biçemleri olmasın? Aşka Lee (1973) tarafından başlatılan ve C. Hendrick ve S. S. Hendrick (ör., 1986) tarafından bir araştırma programında geliştirilen kuramsal bir yaklaşıma göre, tıpkı bireysel etkileşim biçemleri ve kişilik biçemleri gibi insanların aşk biçemleri de vardır.

Altı temel aşk biçemi belirlenmiş ve araştırılmıştır: Tutkulu, Yeğin Aşk (Eros); Oyunsu Aşk (Ludus); Arkadaşça Aşk (Storge); Mantıklı Aşk (Pragma); Bağımlı, Sahiplenici Aşk (Mania) ve Özgeci Aşk (Agape). Aşk biçimleri araştırmalarının merkezî bir bölümü, bu altı biçemin doğru ölçümü üzerinde odaklanmıştır. İlk olarak bir ölçme aracı geliştirilmiş (Hatkoff ve Lasswell, 1978; Lasswell ve Lasswell, 1976), büyük ölçüde düzeltilmiş ve *Aşk Tutumları Ölçeği* olarak düzenlenmiştir (C. Hendrick ve S. S. Hendrick, 1986). Kırk iki maddelik genel formuna ek olarak, bu ölçeğin şimdi partnere özgü bir formu (C. Hendrick ve S. S. Hendrick, 1990) ve yirmi dört maddelik kısa formu da bulunmaktadır (C. Hendrick, S. S. Hendrick ve Dicke, 1998). On sekiz maddelik Aşk Tutumları Ölçeği yan sayfadaki Ayraç Kutusu'nda gösterilmiştir. Maddeleri yanıtlayın ve tercih ettiğiniz aşk biçeminin ne olabileceğini görün.

Aşk biçemleri araştırmalarının amacı aşk biçemlerini belirleme, ölçme ve ardından bunları cinsiyet, kişilik, etnik köken, açılma, ilişki doyumu ve benzeri ilişki bağlantılı yapılarla, fakat ayrıca, kişisel yapı sistemleri (dünyaya bakış biçimleri) ve yeme bozuklukları ile ilişkilendirmektir. Araştırmalar oldukça geniş uzamlıdır (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992).

Aşk biçemlerindeki cinsiyet temelli farklılık ve benzerlikler görece tutarlıdır. Erkekler kendilerini daha çok oyun oynama ve kadınlarsa daha çok arkadaşlık, yararlılık, bağımlılık/sahiplenicilik yönelimli olarak betimlemektedir. Fakat bu farklar (oyun oynama dışında) alçak gönüllüdür. Özgül olarak aşk ve cinsellik tutumlarına ve diğer ilişkisel yapılara bakan (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1995) araştırmalar, aşk ve cinselliğe yönelik tutumları arasındaki bağlantı açısından erkeklerle kadınların farklı olmaktan daha çok benzer olduklarını ortaya koymuştur. Örneğin, erkekler kadınlardan biraz daha oyun oynama yönelimli olabilirler fakat hem erkekler hem de kadınlar için oyun oynama ile ilişkiden alınan doyum arasında olumsuz bir ilişki vardır.

Ayraç Kutusu

Aşk Tutumları Ölçeği Kısa Formu

Aşağıdaki ölçeği kullanarak her maddeyi, şu anki romantik ilişkinizi ne kadar iyi betimlediği açısından değerlendiriniz. Sonra geriye dönerek her aşk biçemi için bir toplam puan elde edecek biçimde, altı parçanın her birindeki puanlarınızı toplayınız. Tercih ettiğiniz aşk biçeminin ne olabileceğini görmek için en yüksek üç puanınızı bulunuz. Herhangi bir bölümdeki olası en yüksek puanın 15 olduğunu göz önünde bulundurunuz.

1= Kesinlikle yanlış *2= Yanlış* *3= Kararsızım*
4= Doğru *5= Kesinlikle doğru*

* ***Tutkulu Aşk***

1.____Birlikte olduğum kişi ile fiziksel olarak tam bir uyum içerisindeyiz ( ).
2.____Birbirimizi gerçekten anlıyoruz ( ).
3.____Birbirimiz için yaratıldığımızı düşünüyorum ( ).

_____=Toplam

* ***Oyunsu Aşk***

4.____Onun benimle ilgili olarak bilmediği şeylerin onu incitmeyeceğine inanıyorum ( ).
5.____Bazen birlikte olduğum kişinin diğer partnerlerimin olduğunu öğrenmesini engellemek zorundayım ( ).
6.____İlişki partnerim, eğer başkalarıyla yaptıklarımdan bazılarını bilseydi altüst olurdu ( ).

_____=Toplam

* ***Arkadaşça Aşk***

7.____Aşkımız aşkların en iyisidir çünkü uzun bir arkadaşlık sonucu gelişmiştir ( ).
8.____Arkadaşlığımız zamanla aşka dönüştü ( ).
9.____Aşkımız gizemli, mistik bir duygu değil, gerçekten derin bir arkadaşlıktır ( ).

_____=Toplam

* ***Mantıklı Aşk***

10.___Birlikte olduğum kişiyi seçerken göz önünde bulundurduğum temel şey, ailem üzerinde nasıl bir etki bırakacağıydı ( ).
11.___Birlikte olduğum kişiyi seçerken dikkate aldığım önemli bir etmen onun iyi bir anne (baba) olup olmayacağıydı ( ).
12.___Birlikte olduğum kişiyi seçerken dikkat ettiğim noktalardan biri mesleğim hakkındaki düşünceleriydi ( ).

_____=Toplam

* ***Sahiplenici Aşk***

13.___Birlikte olduğum kişi bana ilgi göstermediğinde, kendimi baştan aşağı hasta hissederim ( ).
14.___Ona aşık olduğumdan beri başka herhangi bir şey üzerinde yoğunlaşmakta güçlük çekiyorum ( ).
15.___Birlikte olduğum kişinin başka biriyle de birlikte olduğundan kuşkulanırsam, rahat edemem ( ).

_____ =Toplam

* ***Özgeci Aşk***

16.___Birlikte olduğum kişinin acı çekmesindense kendim acı çekmeyi tercih ederim ( ).
17.___Birlikte olduğum kişinin mutluluğunu kendi mutluluğumun önüne koymadıkça mutlu olamam ( ).
18.___Birlikte olduğum kişinin isteklerini yerine getirebilmesi için genellikle kendi isteklerimden özveride bulanmaya istekliyimdir ( ).

_____ =Toplam

Hahn ve Blass (1997), katılımcılardan değişik aşk biçemleri olan kişilerin betimlemelerini değerlendirmelerini istediler. Araştırmacılar arkadaşça aşkla özgeci aşkın en çok tercih edilen aşk biçemleri olduğunu ortaya koydular (Oyunsu aşk en az tercih edilen aşk biçemiydi). İnsanlar aynı zamanda kendilerine benzer kişileri tercih etme eğilimindeydiler (2. Bölüm'de tartışılan benzerlik/çekicilik ilişkisini anımsayın). Aşk ilişkisi partnerleri, arkadaşça, özgeci ve oyunsu (Davis ve Latty Mann, 1987) tutkulu, arkadaşça, özgeci ve sahiplenici aşk biçemleri (S. S. Hendrick, Hendrick ve Adler, 1988) de içinde olmak üzere, aşk biçemleri açısından gerçekten oldukça benzer olmak eğilimindedirler

Aşk biçemleri ilişkinin niteliği (Morrow, Clark ve Brook, 1995) ve ilişkiden alınan doyumla (S. S. Hendrick ve ark., 1988) çok yakından ilişkilidir. Daha yakın bir geçmişte Meeks, Hendrick ve Hendrick (1998) hem olumlu aşkın (Tutkulu, arkadaşça ve özgeci aşkın bir bileşimi) hem de kişinin ilişki partnerinin olayları iyi algılayabilen bir kişi olduğuna inanmasının, daha büyük ilişki doyumunun yordayıcıları olduklarını gösterdiler. Oyunsu aşk ve olumsuz çatışma biçemleri daha düşük ilişki doyumunun yordayıcılarıydı.

Aşk biçemleri, insanlar tarafından kolayca anlaşılır görünmektedir. Sandy ve Joe, aşk biçemleri açısından oldukça kolayca betimlenebilirdi (ve büyük bir olasılıkla kendilerini betimleyebilirlerdi). Partnerlerden hiçbiri oyunsu aşk biçemine sahip değildi ne daha önce, ne de şimdi. İlişkilerinde, Sandy'nin göğüs kanserinden sonra, ilişkilerinin güçlü bir arkadaşçalık bileşeni (iyi arkadaştılar), daha az tutku bileşeni (ama hâlen biraz var) fakat özellikle Joe'nun payına çok daha fazla özgecilik (verici aşk) vardı. Mantıklı aşk ve bağımlı/sahiplenici aşk biçemleri onların ilişkisi için pek uygun değildi. Bazı insanların, romantik partnerli aşkın öncelikli olarak ya partner arayan ya da yeni partner bulmuş genç insanlara uygun olduğuna inanmalarına karşın, Sandy ve Joe onlar gibi düşünmeyebilirlerdi.

Bu bölümde aşka ilişkin birçok kuramsal bakış açısı sunuldu. İzleyen Ayraç Kutusu bu bakış açılarının benzerlik ve farklılıklarını göstermektedir.

Farklı Yaş ve Kültürlerde Aşk

Birçok araştırmacı için genç aşkı odak noktası olmasına karşın, Grote ve Frieze (1994, 1998), Sandy ve Joe gibi insanların aşk hakkında bize çok şey anlatabileceklerini düşünerek aşkı, ilişki doyumunu ve orta yaşlı evli çiftlerle ilgili konuları araştıran oldukça çok çalışma yaptılar. Bir çalışmalarında (1994) bu yazarlar, orta yaşlı evli çiftlerde evlilik doyumunun aşk yordayıcılarını araştırdılar. Sonuç olarak, arkadaşça ve tutkulu aşk, evlilik doyumunu olumlu olarak yordarken oyunsu aşkın olumsuz yönde yordadığını ortaya koydular. Bir başka çalışmalarında (1998) aynı yazarlar, daha yaşlı partnerlerin uzun süreli ilişkilerinde tutkulu aşkın hâlâ biraz, arkadaşça aşkınsa oldukça güçlü olduğunu ortaya çıkardılar. İlginç bir başka bulguları, kocaların eşleri için, kadınların kocaları için olduğundan daha fazla özgeci aşk belirtmeleriydi.

Montgomery ve Sorell (1997), aşk biçemlerini de içeren ilişki değişkenlerini dört grupta değerlendirdiler: (1) hiç evlenmemiş üniversite çağında yetişkinler, (2) 30 yaşının altında çocuksuz evliler, (3) evlerinde çocukları olan evliler (yaş 24-50), (4) evlerinde çocukları olmayan evliler (50-70). Gruplararası en büyük farklılık, ne yaşa ne de ana babalığa bağlıydı. Farklılıklar daha çok evlilik konumundan kaynaklanıyordu.

Ayraç Kutusu

Aşkla İlgili Önemli Bazı Yaklaşımların Karşılaştırılması

Bu çizelge bazı ana yaklaşımların benzer ve farklı yönlerini göstermektedir. Aşk biçemleri arasında üzerinde en çok anlaşılanları, tutkulu ve arkadaşça aşk biçemleri gibi görünmektedir.

Yaklaşım	*Tutkulu Aşk*	*Arkadaşça Aşk*	*Diğer*
Berscheid ve Walster (1978)	X	X	
Fehr (1988, 1993)		X	
Hatfield ve Rapson (1996)	X		
C. Hendrick ve S. S. Hendrick (1986)	X (cinsel)	X (arkadaşlık)	X (oyunsu, mantıklı, sahiplenici, özgeci)
Marston, Hecht, ve Robers (1987)	X (romantik)	X (güvenli)	X (etkin, sezgisel)
Sprecher ve Regan (1998)	X	X	
Sternberg (1986)	X	X (yakınlık)	X (bağlanma)

Evlenmemiş genç grup öteki gruplardan daha fazla oyunsu ve sahiplenici/bağımlı aşk ve daha az özgeci aşk belirtmiştir. İlginç bir biçimde, gruplararasında ne tutkulu aşk ne de arkadaşça aşk açısından bir fark bulunmuştur. Bu yazarların işaret ettikleri gibi, "Bireyler evliliğin yaşam evreleri boyunca tutarlı olarak tutku, romantizm, arkadaşlık ve özgecilik içeren aşk tutumlarını desteklemektedir (s. 61). Evli çiftlerle yapılan araştırmalarda, Tucker ve Aron (1993) çocukların doğması gibi önemli geçiş dönemlerinde hafifçe azalmasına karşın, tutkulu aşkın evlilik süresince devam ettiğini ortaya koymuşlardır.

Aşk, birçok yaş için söz konusu olduğu gibi, birçok kültür için de söz konusudur. Örneğin Contreras ve arkadaşları (Contreras, Hendrick ve Hendrick, 1996), bir Meksikalı Amerikalı ve Avrupalı Amerikalı çiftler örnekleminde (20–60 yaşları arasında) aşk ve cinsellik tutumlarıyla, ilişkiden alınan doyumu değerlendirdiler. Yaşları ne olursa olsun, belirli bir ölçüde tutkunun çiftler için önemini doğrular biçimde, tutkulu aşk bütün gruplarda doyumun en güçlü yordayıcısıydı. Ek olarak, etnik gruplar (Avrupalı Amerikalı, iki kültürlü, İspanyol Amerikan) arasında yalnızca küçük bir aşk ve cinsellik tutumu farkı vardı. Gruplar ilişkiden alınan doyumda olduğu kadar, tutkulu, arkadaşlık temelli ve özgeci aşkı desteklemede de birbirlerine benziyorlardı.

Gerçekten birçok bilim insanı, aşkın ana özelliklerinin kültürlerin ve tarihsel dönemlerin ötesine geçtiğine inanmaktadır. Hatfield ve Rapson (1996), Jankowiak ve Fisher (1993), tutkulu aşkın neredeyse evrensel olduğu sonucuna varmışlardır. Cho ve Cross (1995) tutkulu aşk, adanmış aşk, saplantılı aşk ve sıradan aşk konularının 3000'le 500 yıl öncesine kadar giden Çin edebiyatında da var olduğunu gösterdiler. Ayrıca ABD'de yaşayan Tayvanlı öğrencilerle Amerikalı katılımcılar arasında aşk biçemleri açısından birçok benzerliğin olduğunu da ortaya koydular. Amerikan, Japon ve Rus aşk biçemlerini, bağlanma ve diğer ilişki özelliklerini karşılaştıran Sprecher ve arkadaşları (1994) da içinde olmak üzere, diğer kültürlerarası örneklemlerden de benzer bulgular elde edilmiştir.

İnsanların, birbirleriyle iletişim kurma yönelimli, grup hâlinde yaşayan bir tür olduğu göz önünde bulundurulduğunda, aşka yönelik temel eğilimler şaşırtıcı değildir. Ve hem bir aşk habercisi hem de aşkın doğal bir sonucu olarak kabul edilen, yakınlık gereksinimi de şaşırtıcı değildir.

İlişkilerde Yakınlık

Burada tanımlanan **yakınlık**, "romantik yakınlık"tır. Daha önce de belirtildiği gibi, birçok türden ilişkiyi niteleyen yakınlığın, temel bir gereksinim olduğu ileri sürülmüştür. Bunlar, arasında ana baba/çocuk ilişkisi, diğer ailesel ilişkiler (ör., kardeş/kardeş), yakın arkadaşlıklar, uzun süreli romantik ilişkiler ve benzerleri sayılabilir. Bunlar, ayrıca aşkı da yaşayan aynı türden ilişkilerdir.

Bu bölüm yakınlığı, olumsuz mu yoksa olumlu mu olduğundan çok *derece si* (çok yakın/az yakın) bakımından tartışmaktadır. Baumeister ve Leary (1995), bir olumlu ilişkiler gereksinimi betimlemektedirler fakat gerçekte genel olarak olumlu olan ilişkiler olumsuzluk dönemleri içerebilir. İnsan etkileşiminde Hall (1996) tarafından belirlenen dört yersel alandan biri olan *"yakın alan"* garip bir biçimde, hem büyük olumlukların (ör., bebeğini sallayan baba, sevişen bir çift) hem de büyük olumsuzlukların olabildiği fiziksel dokunma yani sıfır- 45 cm arasında değişen bir alandır. Böylece yakınlık hem olumlu hem de olumsuz etkileşim gizilgücüne izin verir. Yakınlığın olumlu yönleri bu bölümde tartışılırken, olumsuz yüzü 7. Bölüm'de ele alınmıştır.

Yakınlığı Kavramsallaştırma

Hatfield ve Rapson (1994) yakınlığı aşk ve sevgi, güven, açılma ve olumlu sözsüz iletişim ipleriyle dokunmuş bir halı olarak görmektedir. İnsanların yakınlığı neden ve nasıl aradıklarına ilişkin değişik kuramsal yaklaşımlar vardır ve bazı araştırmalar yakınlıkla ilgili etmenler üzerinde durmaktadır. Prager (1995, 2000) bilim insanları için bırakın ölçümünü, yakınlığı tanımlamada temel bir yol üzerinde anlaşmanın bile zor olduğuna dikkat çekerek yakınlık hakkında çok şey yazmıştır. Onun yaklaşımı, yakınlığı bir ilişki türünden çok, bir *etkileşim* türü olarak çerçevelemek olmuştur.

Daha önce de değinildiği gibi, yakın etkileşimler değişik bir dizi bağlamda olabilir, fakat belirli bir sıklık ve zaman içerisinde süreklilik kazandıklarında yakın

ilişkileri oluştururlar. Örneğin romantik bir ilişkide partnerler, sırasında kendilerinin ve ilişki partnerlerinin yakınlık deneyimini etkileyen partnerde yakınlık davranışlarına yol açıcı davranışlar gösterirler. Prager'a (2000) göre, yakınlık deneyimi olumlu duygu, açılma ve "partnerim beni anlıyor" duygusundan oluşur. Zamanla ve sürekli etkileşimle, yakınlık deneyimi gerçek bir yakın ilişkiye götürecektir. Yakınlığa böyle bakıldığında, Sternberg'in (1986) aşkı neden "aptalca" ya da "gülünç ve akılsız", özdeki yakınlık niteliğinden yoksun yalnızca tutku ve bağlanmadan oluşan bir olgu olarak tanımladığı daha kolay anlaşılır.

Sandy ve Joe'nun ilişkisi, Prager tarafından geliştirilen adım-adım ya da yapıtaşı yaklaşımını iyi örnekler gibi görünmektedir. Karşılaştıkları ilk gün Joe, içtepisel bir biçimde Sandy'i akşam yemeğine davet etti ve o da kabul etti. Her biri diğerine gerçekten ilgi duydu ve aileleri, çocuklukları, nasıl öğretmen oldukları ve benzerleri üzerinde konuşarak birlikteliklerinden büyük zevk aldılar. O kadar iyi anlaştılar ki Sandy dikkatlice Joe'yu ailesinin bir sonraki hafta yapacağı bir aile toplantısına çağırdı. Joe çağrıyı istekle kabul etti ve çok iyi vakit geçirdi. Günün sonunda Joe, Sandy'ye hafta sonu birlikte konsere gitmeyi önerdi. Her biri birbirlerinin daha fazla farkına varmalarını sağlayan bir *yakın davranışta* bulundukça, öteki böyle bir başka davranışla karşılık verdi. Bu davranışlar da sırasında, Joe ve Sandy'nin *yakınlığı yaşamalarını* sağladı. En sonunda, kendilerini *yakın bir ilişkinin* partnerleri olarak algılamaya başladılar.

Prager (2000), yakınlık deneyimi üzerinde etkileşimin özgül yönlerinin, partnerlerin ilişkileriyle ilgili genel algılarından daha etkili olduğunu yazmıştır. "Açılma, dinleme, etkileşimin doyuruculuğu" (s. 323) gibi olgular etkili etkileşim özellikleridir. Yakın etkileşimde hem sözlü (ör., yanıtlayıcılık, açılma) hem de sözsüz (ör., gözle iletişim, öne eğilme) davranışların yeri vardır.

Lippert ve Prager (2001), gerçek ilişkilerde yakınlığı oluşturduğuna inandıkları özellik ve davranışları yansıtan, "yakınlığın işler tanımları" ile ilgilendiler. Birlikte yaşayan 113 çıkan çiftten toplanan ayrıntılı verilere (ör., anketler ve günlükler) göre, duyguları ve kişisel bilgileri açma, olumlu duygular açığa vurma, doyurucu bir etkileşim ve partner tarafından anlaşılma duygusu gibi şeyler yakınlık olarak kabul edilen etkileşim özelliklerinin örnekleriydi.

Sayfa 88'deki Ayraç Kutusu sorularını değerlendirerek romantik ilişkilerinizden biri üzerinde düşünün.

Yakınlığı Ölçme

Yakınlığın ölçümü, tıpkı yakınlığı kavramsallaştırma gibi, değişik biçimler alabilir. Biri ilişki doyumunu ya da uyumunu ölçebilir ve bunların yakınlığı temsil ettiğini söyleyebilir ya da yakınlığın kendisi tek boyutlu ya da çok boyutlu bir yapı olarak ölçülebilir.

Yakın geçmişte geliştirilmiş bir yakınlık ölçeği, "Yakınlık İçin Etkileşim Kayıt Formu (YEKF)", bir ilişkisi olan katılımcıların partnerleriyle günlük etkileşimlerini 17 farklı madde üzerinde değerlendirmelerini gerektiren günlük türü bir araçtır (Prager ve Buhrmester, 1998).

Ayraç Kutusu

Yakınlığın Doğası

Şu anki romantik ilişkinizi düşünün (ya da son zamanlardaki bir romantik ilişkinizi). Ortağınızla ne kadar iyi geçindiğiniz üzerinde yoğunlaşın.

- Ortağınıza yönelik olumlu duygularınız var mı? Ortağınızın size yönelik olumlu duygularının olduğuna inanıyor musunuz?
- İletişiminiz hakkında neler söyleyebilirsiniz? Ortağınıza açılabiliyor musunuz? Ortağınız size açılabiliyor mu?
- Birbirinizin güdülerini, beklentilerini, korkularını ve düşlemlerini biliyor musunuz? Ortağınızı ne kadar iyi dinliyor ve ne kadar iyi anlıyorsunuz?
- Ortağınız sizi ne kadar iyi dinliyor ve ne kadar iyi anlıyor?

Eğer sizin ve ortağınızın birbirinize yönelik olumlu coşkusal duygularınız varsa, birbirinize açılıyorsanız ve birbirinizi anlıyorsanız, o zaman Prager'in (2000) yakınlık tanımına göre, siz ve ortağınız yakınlığı yaşıyorsunuz demektir. Eğer bu bileşenlerden bir ya da daha fazlası sizde yoksa, eksik olanın ne olduğu konusunda düşünmek isteyebilirsiniz.

- Bu bileşenleri ilişkinize katmak istiyor musunuz? İstiyorsanız neden, istemiyorsanız neden?
- İlişkinizin yakın bir ilişki olduğunu düşünüyor musunuz? Düşünüyorsanız neden, düşünmüyorsanız neden?

Bu değerlendirmeler daha sonra üç boyutta boyutlandırılmıştır: büyük ölçüde açılma/iletişim maddelerinden oluşan bir yakın *davranış* etmeni (etmen A) ve iki yakın deneyim etmeni. Bu *deneyim* etmenlerinden biri (etmen B) olumlu duyguyu ve çatışma yokluğunu yansıtırken, diğeri (etmen C) dinleniyor ve anlaşılıyor olma duygusunu yansıtır (Prager, 2000).

Yukarıdaki üç bireysel etmen ya da bileşeni değerlendirmek için ayrıca diğer ölçüler de kullanılabilir. Örneğin Opener Ölçeği, kişinin başkalarını açılmaya güdüleme yeteneğini (algılanan); Açılma Ölçeği (Miller, Berg ve Archer, 1983), bir partnerin diğerine açılma derecesini ölçer (etmen A). Bir yakınlık ölçeği etmen B'nin olumlu duygusunu ölçerken, bir çatışma ölçeği o davranışın varlık ya da yokluğunu ölçebilir (Canary, Cunningham ve Cody, 1988). Son olarak YEKF'nin üçüncü bileşenini ölçmenin bir yolu (etmen C, dinleniyor ve anlaşılıyor olma duygusu), bir başkası açısından bakabilme ya da partnerin bakış açısından bakabilme yeteneğine bakmaktır (Long, 1990). Bir başkasının bakış açısından bakabilme yakınlık için önemli olan empatinin bir yönüdür.

Joe ve Sandy ilişkisi örneğini kullanarak, yakınlığı arttırmada olumlu duygu ve çatışma yokluğu ile bir başkasının bakış açısından bakabilme yeteneğinin tümünün birlikte nasıl işlediğini anlamak mümkündür. Sandy ve Joe ilk tanıştıklarında açılma, tanışma sürecinin bir parçasıydı. İlişkilerinin o noktasında büyük ölçüde olumlu duygu yaşadılar ve hemen hemen hiç çatışma yaşamadılar. Flörtlerinden evlenmelerine, evlenmelerinden çocuk sahibi olmalarına ilişkisel yakınlıkları hep

arttı fakat bir başkasının bakış açısından bakabilme yeteneklerini sıçratan Sandy'nin göğüs kanseriydi. Bu, sorunlara partnerin görüş açısından bakabilme yeteneğidir.

Yakınlık gereksinimi, yakınlık için hoşgörüleri ve benzerleri açısından farklılıklar gösterebilen her iki partner için de yakınlık gelişimi eğer başarısız olursa zararlı olabilir, ancak başarılı olduğunda da çok ödüllendiricidir. Bu nedenle, yakınlık üzerinde anlaşmaya varılmalı ve yakınlık bir ölçüde partnerlerin bireysel gereksinimlerinin uyumlu olmasına izin verecek biçimde düzenlenmelidir (Prager, 2000).

Yakınlık Bağlamı

Romantik yakınlığın başarılması birçok düzey ve bağlamda gerçekleşen dinamik bir süreçtir (Prager, 2000). İlk olarak *bireysel bağlam* gelir. Bir çiftteki partnerler bireysel olarak ele alınmalıdır. Mizaçları, kişilik özellikleri, daha önceki aile deneyimleri ve daha önceki romantik bağları ve benzerleri üzerinde durulmalıdır. Her bir bireyin "masaya getirdikleri" inanılmaz derecede önemlidir ve ilişkinin alacağı yönü etkiler. Sonra yakınlıkta uyumluluk, açılmada karşılıklılık, duygusal alışveriş ve benzerleri de içinde olmak üzere, ilişkisel etkileşimi içeren, *ilişkisel bağlam* gelir. Bunların tümü doğalarında ilişkiseldir çünkü yalnızca bir partnere bağlı değildirler. Partnerler, ilişkiye bireysel nitelikler getirirler fakat niteliklerin özgül bir partnerle dışa vuruluş biçimi ilişkisel bağlamı oluşturur.

Bir ilişki ayrıca daha *geniş bir toplumsal ağ* bağlamında işlerlik kazanır. Örneğin, görece yeni bir ilişkideki romantik partnerler kalabalıktan uzakta kendileri için daha fazla zaman ayırmaya gereksinim duyabilirler. Eğer her partnerin, çiftin değişik toplumsal etkinliklerde görülmesini ve gruptaki herkesle zaman geçirmesini bekleyen, geniş bir toplumsal ağı (ya da aile ağı) varsa, partnerler gereksinim duydukları tanışma zamanını bulamayabilirler. Dolayısıyla, ayrıca daha geniş bir *toplumsal-kültürel bağlamda* ilişki yakınlığı etkiler. Kültürel, dinsel ya da ırksal engelleri aşan bir çift, ilişkileri yeğinleştikçe daha büyük engellerle karşılaşabilir ve daha az destek bulabilir. Erkek eşcinsel ya da kadın eşcinsel bir çift de öyle. Toplumsal-kültürel baskılar bölücü olabilir ya da partnerlerin birbirlerine daha sıkı sarılmalarına neden olabilir ve aralarına engel koymaya çalışan dış güçlere karşı bir tepki olarak yakınlıklarının derinliğini arttırabilirler. Böylece, toplumsal ağın ve toplumsal-kültürel güçlerin yakınlığı nasıl etkilediği belirsizdir, fakat etkiledikleri de bir gerçektir.

Prager (2000) ayrıca, içinde belirli bir ilişkinin davranışlarla belli edildiği bir ilişki *yakın bağlamından* söz etmektedir. Örneğin, eğer partnerler yakınlık geliştiriyorlarken uzun bir süre birbirlerinden ayrı kalırlarsa ve birbirlerinin sözsüz davranışlarını okuma, birbirlerine dokunma ve benzerlerinden yararlanmaksızın yalnızca telefon ve e-mail ile iletişim kurabilirlerse, yakınlık geliştirmek için, yakınlaşma dönemi boyunca birlikte olabildikleri durumla karşılaştırıldığında, daha fazla uğraşabilirler. Öte yandan, sözsüz olarak yakınlaşamadıklarından, sözlü olarak daha fazla yakınlaşmayı öğrenebilirler.

Yakınlık aşkla ilişkili olmakla birlikte, bu ikisi birbiri yerine geçebilir değildir. Yakınlık, Sternberg'in (1986) üçgen aşk kuramının üç bileşeninden biridir ve diğer kuramsal yaklaşımlardan bazıları tarafından da sözü edilmiştir. Ancak yine de aşk biçemleri bakış açısı (C. Hendrick ve S. S. Hendrick, 1986), bazı aşk biçemlerinin (tutkulu aşk

gibi) bir parçası olarak, duygusal yakınlık biçiminde cinsellikli özel yaşamı içerecektir fakat başkalarını (mantıklı aşk gibi) değil. Bazı çiftler duygusal olarak daha dışa vurucu ve bazıları daha çekingen olabilirler fakat her iki türden çiftler de birbirlerini seviyor olabilirler. İlişki örneğinde, Sandy ve Joe evliliklerinde büyük aşk yaşayıp destek aldılar fakat bazen birbirlerine daha yakın bazen de daha az yakın hissediyorlardı.

Karşılıksız Aşk

Aşk ve yakınlık neredeyse eşit derecede önemli olabilmekle birlikte, aynı derecede olumlu değildirler. Daha önce de belirtildiği gibi, yakınlık bağlamında, hem büyük bir aşk hem de büyük çatışmalar yaşanabilir. Aşk deneyimleri, ayrıca ayrılma, boşanma ve ölüm nedeniyle *kayıp deneyimler* olabilir (8. Bölüm'de tartışıldı). Aşkın acı bir yönü de karşılıksız kalabilmesidir. Bu, hemen herkes tarafından yaşanabilecek bir durumdur. Karşılıksız aşk, sevgisini sunan birinin diğer kişi tarafından anlaşıldığı fakat sevgisinin o kişiden karşılık görmediği aşktır. Burada aşk karşılıklı değildir; yalnızca tek yönlüdür.

Baumeister, Wotman ve Stillwell (1993; ayrıca bk., Baumeister ve Wotman'a, 1990) öncelikle katılımcıların karşılıksız aşk deneyimlerine ilişkin anlatımlarını kullanarak iki çalışmada karşılıksız aşkı araştırdılar. Bu çalışmalar, bir dizi ilginç bulgu ile sonuçlandı. Birbirlerine aşklarını sunanlar ve birinden gelen aşkı reddedenler farklı deneyimler yaşamakla birlikte, ayrıca üzüntü, duyguları denetimde yetersiz kalma, kararsızlık, dengesiz davranışlar ve benzeri daha başka birçok duyguyu yaşıyorlardı. Aşkını sunanlar, sıklıkla diğer kişiden gelen ret belirtilerini görmezden gelerek ve anlamı belirsiz tepkileri olumlu yorumlayarak kendi gereksinim ve istekleriyle aşırı meşgul oluyorlardı. Böyle kişiler reddedildiklerinde kendilerine saygıları bir darbe yiyordu. "Sevmek, gururu tehlikeye atmaktır." (Baumeister ve ark., 1993, s. 392). Aşkı reddedenler, diğer kişiyi geri çevirdikleri için suçluluk duyuyor fakat ayrıca, o kişinin aşk davranışlarından ya da açılımlarından da çok sıkılıyorlardı. Hiç yaşanmamış olmasını dileyerek bütün o karşılıksız aşk deneyimleri konusunda reddedilenlerden daha olumsuz oluyorlardı. Reddedenler, genellikle diğer kişiyi incitmek istemediklerini, fakat aynı zamanda umut da vermek istemediklerini söyleyerek ahlaksızlık üzerinde odaklanıyorlardı. Hiç de şaşırtıcı olmayan bir biçimde, reddedenler ve karşılıksız aşk sunucuları herhangi birine gerçekten umut verilip verilmediği konusunda farklı değerlendirmeler yapıyorlardı.

Bağlamın farklı olmasına karşın, karşılıksız aşkta kimse acı çekmekten kurtulamaz. Karşılıksız aşkın sunucusu olmak da alıcısı olmak da ciddi biçimde altüst edicidir. Baumeister ve arkadaşlarının (1993) belirttiği gibi "Aşkı, hoş, arzu edilir ve doyurucu bir deneyim hâline getiren, onun vericisi ya da alıcısı olmaktan çok, belki de karşılıklılığıdır." (s. 393).

Eğer aşk, karşılıksızsa ya da ayrılık ya da boşanma nedeniyle kaybedilmişse bir kişi bu kayıptan sonra nasıl ayakta kalabilir ve yaşamına nasıl devam edebilir? Bir sonraki bölümde aşkın neden olduğu yıkımdan sonra nasıl ayakta kalınabileceğine ilişkin stratejiler tartışılmaktadır.

Aşktan Kurtulma

Aşk genellikle kurtulunması gereken bir şey olmaktan çok tadına varılması gereken bir şey olarak düşünülür, fakat birçok kez en çok gereksinimi duyulan ayakta kalma

ve iyileşmedir. Yitik bir aşktan kurtulmak hiç de kolay olmamasına karşın, değişik stratejiler süreci kolaylaştırabilir (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992a).

İlki ve en önemlisi, yitik bir aşktan sonra iyileşmenin zaman alıcı olmasıdır. Eğer insanlarda bir bağlanma gereksinimi varsa bu bağı yitirme olumsuz bir deneyimdir. Kimse anında bir iyileşme beklememelidir. İnsanlar, bu süre içinde, kendi kendine bakım ilkelerini anımsamalıdır. İyi beslenme ve uyuma, beden eğitimi ve okul ya da iş üzerinde odaklanma, iyileşmede yardımcı olabilir. Bir destek sistemine güvenmek de önemlidir. İyileşmekte olan kişinin toplumsal yaşama geri dönmesini sağlayacak etkinlikler önermeden, duyarlı bir dinleyici olmaya kadar, arkadaşlar ve aile sık sık çok yardımcı olabilir.

Ayrıca bireyin iyileşmeyi hızlandırmak için -yapması ve yapmaması gerekenkullanabileceği bazı özgül davranışsal stratejiler de vardır. Yapılmaması gerekenler oldukça açıktır: Partneri anımsatıcı şeyleri çevrenizde tutmayın (ör., resimler ve andaçlar). Eski partneri aramayın ve evinin ya da apartmanın oralardan geçmeyin. Ortak arkadaşlarınıza eski partneriniz hakkında soru sormayın. Eğer iyileşmekte olan kişi, eski partnerini düşünmeye başlarsa, gözünün önünde bu düşünce trenini durduracak bir dur işareti canlandırmalıdır. Eğer bir şarkı ya da müzik parçası eski partneri anımsatıyorsa, o şarkı ya da müzik dinlenmemelidir. Son olarak, bir ilişki sanki hiç yaşanmamış gibi davranmak da akıllıca bir yöntem değildir. Acınızın farkında olun ve hep ileriye bakın.

Yapılması gerekenler daha önce sözü edilenlerdir (kişinin görünümüne özen göstermesi, bir destek sistemine güvenme vb.). Ek olarak, iyileşmekte olan kişi için okulda, işinde ya da her ikisinde olabildiğince başarılı olmaya çalışma da yararlıdır. Bu süre, kendini geliştirme girişimleri için kullanılabilir (ör., diyet, egzersiz gibi). Gönüllü çalışma yardımcı olabilir; hiçbir şey başkasına yardım etmek kadar insanı kendisi hakkında düşünmekten alıkoyamaz. Bu bir spor ya da bir boş zaman etkinliğine başlamanın tam zamanıdır. "Başarı en iyi öç alma yoludur" deyimini anımsamak önemlidir. Son olarak iyileşmekte olan kişi bir aşk ilişkisini kaybettiğinde şu an çekmekte olduğu acıya neden olan, ait olma gereksiniminin (Baumeister ve Leary, 1995) ileride büyük bir olasılıkla kendisini yeni ve umut edilir daha başarılı bir aşk ilişkisine çekeceğini anımsamalıdır.

İnsanların içsel bir ait olma gereksinimlerinin olması (güçlü bağlanma eğilimi) ölçüsünde yakınlığın gelişimi hemen hemen evrensel olmalıdır. Böylece, kadınlar ve erkekler, eşcinsel ve karşıtcinsel kişiler, değişik etnik ve ırksal geçmişleri olan kişilerin hepsi yakınlık için can atıyor olmalıdırlar. Ancak bu can atma, toplumsallaşma ve bağlanma farklılıkları nedeniyle, biraz daha farklı açığa vurulabilir.

Özet ve Sonuçlar

Hiç kimse bir ada olarak yaratılmamıştır; bütünüyle kendine yeten bir kadın ya da erkek yoktur. Sevecen ve yakın ilişkilerde birbirimize bağlı olmak üzere yaratılmışızdır. İlişkilenme ya da bağlanma deneyimlerimiz bebeklikte başlar ve büyük ölçüde öncelikli bakıcımızla (ki çoğu durumda annedir), etkileşimlerimiz üzerine kurulur. Bu deneyimler bağlanma biçemlerimizde güvenli mi, takıntılı mı, korkulu mu, yoksa kayıtsız mı olacağımız üzerinde belirleyici olur. Daha sonraki deneyimler ve ilişkiler de tıpkı daha öncekiler gibi bağlanma biçemimizi etkiler.

Aşk evrimin bir ürünü, kültürler ve diğer toplumsal yapılar tarafından yaratılmış bir şey ya da insanların büyümelerine ve kendilerini geliştirmelerine izin

veren bir şey olarak düşünülebilir. Aşka oynamanın romantik aşkı da içeren birçok yolu vardır. Tutkulu aşkla arkadaşça aşk bir zamanlar romantik ilişkilerde birbirini izledikleri düşünülen iki aşk türüdür (önce tutkulu sonra arkadaşça). Daha yakın bir geçmişte, bu ikisinin romantik bir ilişkide birlikte var oldukları görülmüştür. Romantik aşkın "en iyi örneği" ya da en iyi temsili ya da aşk insanların onu iletme ve yaşama (ör., sözlü, sözsüz) yolları açısından düşünülebilir ya da anlaşılabilir. Yakınlık, tutku ve bağlanma aşkın özündeki üç bileşendir. Aşk biçemleri yaklaşımına göre, aşkı yaşamanın altı farklı yolu vardır.

Değişik kültür ve tarihsel dönemlerde aşkın tanımı biraz farklı olabilmekle birlikte, aşk ögeleri (tutkulu aşk gibi) bütün kültür ve tarihsel dönemlerde evrensel olarak anlatım bulmuştur. Farklı aşk deneyim ve biçemlerinin yaş uzamlarına ve ilişki uzunluklarına genellenebileceği de doğrudur. Örneğin, hem çıkan hem de evli çiftler, arkadaşça aşkı olduğu kadar tutkulu yeğin aşkı da yaşamaktadırlar.

Yakınlık aşk habercisi, aşkla örtüşür ya da aşkın sonucu olarak görülebilir ve bir anlamda bu üç bakış açısının üçü de doğrudur. Yakınlık, duygusal yakınlığı gerektirir fakat daha fazlasını da gerektirir. Yakın davranışlar, yakın ilişkileri sağladığı gibi, ilişkiyi yaşayanları aynı zamanda yakın etkileşim ve deneyimlere de götürür. Bu nedenle, ulaşılması gereken bir koşul olmaktan daha çok işlenmesi gereken bir süreçtir. Yakınlık kavramlaştırılabilir ve ölçülebilir ve her zaman bir bağlam içinde düşünülmelidir (bireysel bir bağlamla toplumsal-kültürel bir bağlam arasında değişen).

Bağlanma, aşk ve yakınlık hepsi ayrı ancak yine de romantik ilişkileri etkileyen ilişkili olgulardır. Birinin diğerinden daha önemli olduğunu söyleme okyanusların dağlardan ya da çayırların bataklıklardan daha önemli olduğunu söyleme kadar uygunsuzdur. Bütün bu ve daha birçok kavramsal yapı sağlıklı bir ilişki çevresi (ekolojisi) için önemlidir.

Anahtar Kavramlar

Arkadaşça aşk (s. 79)
Yakınlık (s. 86)
Aşk (s. 75)
Aşk biçemleri (s. 82)
Tutkulu aşk (s. 79)
"En iyi örnek" (s. 80)
Romantik bağlanma (s. 76)

Önerilen Okumalar

Feeney, J. A., & Noller, P.(1996). *Adult attachment.* Thousand Oaks, CA: Sage

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1992). *Romantic Love,* Newbury Park, CA: Sage.

Latham, A. (1997). *The ballad of Gussie & Clyde: A true story of true love.* New York: Villard.

Pickett, K. (1995). *Love in the 90s: B. B. and Jo: The story of a lifelong love.* New York: Warner Books.

Prager, K. (1995). *The psychology of intimacy.* New York: Guilford Press.

Strenberg, R. J. (1998) *Love as a story.* New York: Oxford University Press.

5

İlişkisel Cinsellik

İlişkisel Cinsellik Konusunda Ne Biliyoruz?

Cinsel Davranış

Cinsel Tutumlar

- Cinselliğe Yönelimler
- Cinsel Tutumlar ve Davranışlar Üzerindeki Etkiler

Cinsel Çekim

Cinsel Doyum

- Cinsel İletişim
- Genel Anlamda İletişim

Cinsel İstek

Cinsellik ve Aşk Bağlantısı

Cinsellik ve Toplumsal Cinsiyet

- Cinsellikte Cinsiyet Farklılıkları
- Çıkma Tecavüzü

Bütün Çiftler için Cinsellik

- Eşcinsel Erkek ve Eşcinsel Kadın Çiftler
- Çok Kültürlü Çiftler
- Çiftlerde Yaş İlerlerken
- Engelleri ve Hastalıkları Olan İnsanlar

Cinsellik, Risk ve Güven

İlişki Öyküsü

Kırmızı Gecelik

Noah onu öptü, yüzünü çevirdi ve neredeyse hemen uykuya daldı. Nefes alıp vermesi yavaşladı ve sessizleşti. Katherine, yataktan çıkmadan önce bir süre karanlıkta gülümseyerek yattı. Gelişigüzel bir biçimde bir sandalye üzerine atılmış geceliğine uzandı, onu kafasından geçirdi ve ayaklarına düşen ipeksi kıvrımlarını hissetti. Bu, ön kısmı göğüslerini gözler önüne seren, dekolte ve koyu kırmızı renkte yeni bir gecelikti. Gecelik, Katherine'in kendine almış olduğu erken bir doğum günü hediyesiydi ve genellikle satın aldığı gece giysilerinden oldukça daha pahalı olmasına karşın, bu yatırıma değerdi. Kırmızı Noah'ın en sevdiği renkti; böylece Katherine tam da bir gece programını izlemek üzere televizyonun karşısına yerleşmekte olan Noah'ın dikkatini çekti. Ona baktığında Noah'ın gözleri açıldı, anında televizyonu kapattı ve

kumandayı bir kenara koydu. Katherine süzülerek yatakta yanına girerken Noah'ın kolları çoktan ona uzanıyordu; geceliğini incelikle çıkarmadan önce onu öpücüklere boğdu.

Geceliğin bedeli o geceki giyilme süresi açısından düşünülecek olsaydı, bu bedel yanına yaklaşılamayacak kadar yüksek olurdu: 50 dolarlık bir gecelik yaklaşık iki dakika giyilmişti. Ancak, yine de gecelik görevini başarıyla yerine getirmişti. Daha önceki sevişmelerinin ne kadar tatlı ve tutkulu olduğunu düşünmeye takılıp kaldığı için Katherine'in uykuya dalması biraz zaman aldı. Cinsellik, henüz cinsel ilişkiye girmemiş oldukları dönemde bile ilişkilerinin önemli bir parçasıydı. İlk cinsel ilişkilerinden önce aylarca çıkmışlar ve birbirleri hakkında oldukça çok şey öğrenmişlerdi.

Katherine, Noah'ı ilk gördüğü anı anımsadı. Ortak bir arkadaşlarının düğünündeydiler ve açık büfenin önünde yemek kuyruğunda yan yana duruyorlardı. Buzlu büyük karides tabağına uzanırlarken elleri birbirine çarptığında, her ikisi de nazikçe ve özür dilemekle önceliği diğerine bırakmak istemişti. Kuyrukta ilerlerken konuşmaya başladılar ve her ikisinin de bilgisayar endüstrisinde olduklarını, Güneybatı'da büyüdüklerini ve bir partiye gittiklerinde ilk olarak büyük karides tabağına uzandıklarını öğrenmişlerdi. Dans pistinin yanında neredeyse boş ve yuvarlak bir masaya doğru gelirlerken, Noah Katherine'e yemeği birlikte yiyip yiyemeyeceklerini sordu. Katherine iki dilim pasta alırken Noah da ikisi için şarap getirmişti. Şundan bundan konuşur, birbirlerini tanımaya çalışırlarken bir müzik grubu çalmaya başlamış, gelin ve damat ilk dans için piste çıkmışlardı. Az sonra diğer çiftler de gelin ve damadı izleyerek piste çıkmışlar ve dans pisti her yaştan çiftlerle dolmuştu -gelin ve damadın genç arkadaşları, daha yaşlı evli çiftler, büyüklere öykünen çocuklar ve son olarak da Katherine ile Noah. Dans pistine kaymışlar, Noah'ın kolunu sağlam biçimde sırtında hissettiğinde ve elini hafifçe Noah'nın omzuna koyduğunda Katherine derin ve rahat bir iç çekmişti. Katherine kendisini oldukça rahat hissetmişti, sanki evine gider gibiydi.

Bu rahatlık duygusuna karşın, Katherine'in Noah ile bir ilişkiye başlama konusunda bir acelesi yoktu. İki yıl süren ve hatta evliliğin konuşulduğu ciddi bir ilişkinin ardından erkek arkadaşından yeni ayrılmıştı, yeni bir düş kırıklığı yaşamak istemiyordu. Fakat Noah ona birlikte sinemaya gitmeyi önerdi ve o da kabul etti. Başlangıçta aşağı yukarı haftada bir kez çıkıyor, birbirlerinin arkadaşlığından hoşlanıyor ve bu süre boyunca ara sıra başkalarıyla da çıkmaya devam ediyorlardı. Ancak birlikte daha fazla zaman geçirdikçe, birbirlerini daha fazla sevmeye başladılar. Noah eğlenceliydi, her zaman olayların ardındaki mizahı görürdü, Katherine'in biraz alaycı mizah anlayışı ise daha incelikliydi.

Sonra fiziksel çekicilik vardı. Katherine ve Noah arasında cinsel bir kıvılcım sürekli çakıyordu -bunun, büyük bir olasılıkla, karides tabağına uzanırken ellerinin birbirine çarptığı sırada başladığını söylüyorlardı! Birlikte cadde aşağı yürürlerken Noah her zaman kolunu Katherine'in beline dolar ya da elini tutardı. Öpüşmeleri uzun, derin ve istekli olurdu. Birbirlerine dokunmaya can atıyor ve birbirlerinin yanında olmaktan hoşlanıyorlardı. Katherine odaya girdiğinde Noah, biraz telaşlanmıştı. Ona her zaman için güzel görünmüştü. Katherine de Noah hakkında aynı şeyleri hissediyordu. Birlikte bir yere gittiklerinde, Katherine Noah'a her zaman

odadaki en çekici erkek olduğunu söylerdi. Öyleyse, cinsel ilişkiye girmeden önce -ya da onların deyimiyle, sevişmek için- birçok ay niçin beklemişlerdi?

Kuşkusuz, bu konuda konuşmuşlar ve birçok kez çok yaklaşmışlardı, fakat ilişkilerinin çok özel olduğu konusunda anlaşmışlardı ve "onu yaparak" ilişkilerinin tadını bozmak istememişlerdi. Her ikisinin de daha önce ilişkileri olmuş ve bazen cinselliğin gerçekten ilişkinin geri kalan yönlerinin gelişimi önünde bir engel oluşturduğunu görmüşlerdi. Cinsellik, başka ne olursa olsun, ilişkiyi olumlu ya da olumsuz olarak renklendirebilen bir lens gibiydi de.

Böylece beklediler. Yemek kuyruğunda karşılaştıkları Temmuz ayındaki o düğünden birçok ay sonra, sonbaharda bir cumartesi günü, akşamüzeri Noah ve Katherine yerel bir parkta sarı, altın rengi, kırmızı, turuncu sonbahar yapraklarına bakarak uzun bir yürüyüşe çıktılar. Havadaki hafif soğuk çimdiğini hissedebiliyorlardı ve kışın gelmek üzere olduğunu biliyorlardı. Isınmak için Katherine'in dairesine geri döndüler ve çok geçmeden aralarındaki çekim artık daha fazla kontrol edilemez hâle geldi. Orada, Katherine'in kanepesi üzerinde ilk kez sevişmişlerdi. Sevişmeleri acemiceydi, heyecanlıydı ve kusurları vardı, ancak yine de harikaydı. Birbirleriyle tam bir cinsellik için iyice hazırdılar. Fakat cinsel ilişki için o güne kadar beklemiş olmaktan hoşnuttular, çünkü bu, cinselliği her ikisi için de çok daha özel hâle getirmişti. Ayrıca, cinsellik onlar için yalnızca cinsel ilişkiden çok daha fazla bir şeydi. O tutkulu öpüşme, ele ele tutuşma ve arzulu okşama ayları ikisine de yalnızca cinsel ilişki ile sınırlı olmaksızın birbirlerinden cinsel olarak ne kadar zevk alabileceklerini anımsatıyordu.

O sonbaharda akşamüstü yaşadıkları ilk sevişme deneyimi, ilişkilerini daha da derinleştirmiş fakat temel olarak değiştirmemişti. İlk olarak çok sık cinsel ilişkide bulunmuyorlardı. Her ikisinin de yoğun işleri, kendi evleri vardı ve yarım gün okulları vardı. Bu nedenle her gün birbirlerine olan sevgilerini göstermenin birçok küçük yolunu (elektronik posta, telefon konuşmaları, eğlenceli kartlar, hafta boyunca şehir merkezindeki ıssız bir kafeteryada yedikleri hızlı ancak romantik öğle yemekleri) bulabilmelerine ve buluyor olmalarına karşın, haftada bir iki kezden fazla cinsel ilişkiye girmiyorlardı. Ancak bu her ikisi için de bir sorun gibi görünmüyordu. Her ikisi de cinsel ilişkilerini, nicelikten çok niteliğin heyecanlı ve çok çok özel hâle getirdiğini biliyordu.

Gelecek hakkında konuşmuşlar, fakat bir akşam Katherine'in evinde Noah küçük masanın karşı tarafında otururken ona bakıncaya kadar özel herhangi bir plan yapmamışlardı. Sıklıkla yaptıkları gibi, birlikte hazırladıkları nefis bir yemeği henüz bitirmişlerdi. Genellikle, Katherine bulabildiği kadar çok tadı hoş ve renkli sebzeden oluşan dev bir salata yaparken, Noah eti pişirirdi. Çoğu zaman Noah'ın küçücük mutfağına sıkışırlardı, fakat yemek yapmak için tam anlamıyla yan yana birlikte çalışmak, yemek yapma zevkinin bir parçasıydı. Sonra iki kadeh şarapla oturur ve yaptıkları yemeğin zevkini çıkarırlardı. Daha başından beri ilişkilerinin bir sonucu olarak, bu tür paylaşımlarda bulunmuşlardı. Katherine hoşnut bir iç çekişle arkasına yaslanıp şarap kadehini dudaklarına götürmüştü. Birdenbire, Noah Katherine'e bakmış ve "Bunu her zaman yapmak istiyorum, evlenmemizi istiyorum. Katherine, benimle evlenir misin?" demiş, Katherine de aynı zamanda hem kızararak hem ağlayarak hem de gülerek "Evet Noah, seninle evleneceğim." demişti.

İlişki Öyküsü (devamı)

Aile üyeleri, arkadaşları ve iş arkadaşlarının hazır bulunduğu bir kilise töreninin ardından üç katlı şık bir düğün pastası ve kocaman bir buzlu karides tabağının eşlik ettiği bir düğün töreniyle evlenmişlerdi.

Katherine ve Noah, yeni bir apartman dairesine taşınmışlar ve bir çift olarak yeni arkadaşlıklar geliştirmeye, böylece ayrı ayrı sahip oldukları arkadaşlarına yenilerini ekleyerek toplumsal ağlarını genişletmeye başlamışlardı. Cinsel ilişkileri her geçen gün daha da iyiye gidiyordu ve birlikte daha fazla zaman geçirdikleri için cinsel ilişkilerinin sıklığı da artmıştı. Cinsel olarak birbirlerine zevk verme konusunda giderek daha fazla şey öğrenmelerine karşın, özgül cinsel davranışlar, birbirleriyle ilgili olarak hissettikleri, zamanla rahatlık, güven duygusu ve birbirleriyle iletişim kurma becerileri kadar önemli görünmüyordu. Bu cinsellik kadar, ilişkilerinin diğer yönleri için de geçerliydi.

Evliliklerinin ikinci yılına girerlerken, her ikisi de bebeklerden söz etmeye başladılar. Bir aile olmaya karar verdiklerinden hiç kimseye söz etmemeye karar vermişlerdi, çünkü "yeni bir haber var mı" diye meraklanan insanların kendilerini izlemelerini ve bu yönde baskılarını istemiyorlardı. Çok geçmeden bir haberleri oldu. Bir bebek bekliyorlardı ve çok heyecanlıydılar. Katherine'in sabah bulantıları oluyordu, fakat genelde kendini iyi hissediyordu. O ve Noah gebelik süresince birlikte yol aldılar. Yeğinliğinin biraz artması dışında, cinsel ilişkileri pek fazla değişmemişti. Gebeliğinin sonlarına doğru cinsel ilişkiyi bıraktılar, fakat birbirlerini eskiden olduğu gibi öpmeyi ve birbirlerine dokunmayı sürdürdüler.

Bebekleri Nicholas dünyaya geldiğinde, iki yorgun fakat çok mutlu ana baba, bebeğin doğumunu büyük anne ve babalar, teyzeler, amcalar ve arkadaşlarla birlikte kutladılar. Bir bebek sahibi olmak ilk günden başlayarak heyecanlı ve yorucuydu. Hem Katherine hem de Noah, bebeğin yaşama iyi bir başlangıç yapabilmesi için bütün yasal izinlerini kullandılar. En sonunda işe dönme zamanları geldiğinde, bebekle ilgili kendilerini güvende hissetmelerini sağlayan bakım düzenlemeleri yaptılar. Bebekleri mutlu ve sağlıklıydı ve onlar da bunun zevkini giderek daha fazla çıkarıyorlardı. Tek sorun -ki bu öyle büyük bir sorun da değildi- bir bebeğe bakmanın oldukça büyük bir iş olmasıydı. Gün içerisinde işleri, akşamları ve hafta sonlarıysa ek olarak, yeni ana babaların iş tanımlarının kaçınılmaz parçası olan uyku yoksunluğu da vardı. Nicholas'a bakmak, Noah ve Katherine'in kendilerini her zaman yorgun hissetmelerine yol açıyordu. Mutlu fakat yorgunlardı.

Bu sürekli yorgunluğun temel sonuçlarından biri de cinsel yaşamlarındaki bitme değilse bile, keskin düşüştü. Kuşkusuz birbirlerini her zamankinden daha fazla seviyor ve hâlâ birbirlerini cinsel olarak aşırı derecede çekici buluyorlardı. Ancak geceleri tükenmiş bir biçimde kendilerini yatağa atıp, başları yastığa değer değmez uykuya daldıklarında istek yeterli olmuyordu. İlk öncelikleri uykuydu, cinsellik -o harika cinsellik- listede daha alt sıralarda yer alıyordu. Noah ve Katherine cinsel yaşamlarındaki bu geçici düşüşü çok fazla ciddiye almıyorlardı, ancak her ikisi de durumun farkındaydılar ve konuşmalarında sevişmeyi ne kadar istediklerini belirtiyorlardı "yalnızca bugün bunun için enerjileri yoktu".

İşte böyle oldu, bir cumartesi akşamüstü Katherine yerel bir alışveriş merkezinde alışverişe çıkmıştı, kendisine bir gecelik arıyordu. Gerçekte, bir gecelik aramıyordu. Noah, onun kendisi için biraz zamana gereksinimi olduğunu düşünmüş,

erken bir doğum günü hediyesi olarak da kendisi için özel bir şey almak amacıyla alışverişteyken, birkaç saatliğine Nicholas'a bakabileceğini söylemişti. Katherine, arabasıyla alışveriş merkezine gittiğinde niyeti Nicholas için küçük birkaç şey alıp eve dönmekti. Ancak bilinçli bir biçimde düşünmeksizin, kadın iç çamaşırları satan lüks bir mağazaya girmişti. Gelişigüzel vitrine baktı, sonra duvarda asılı duran birkaç geceliği gördü. O ipeksi, dantelli, pastel renkli çamaşırlar arasında bir gecelik hemen gözüne çarptı. Bu, koyu kırmızı renkli, kısa kesim ve dantelli bir gecelikti. Şık, dişi ve oldukça şehvet uyandırıcıydı. Geceliğin fiyatına baktı ve bütçesinin üzerinde olduğunu gördü. Fakat sonunda onu satın almaya karar verdi. Sonuçta, bir yatırımdı, savurganlık sayılmazdı. Noah'la ilişkilerine bir yatırım, tam olarak işte buydu.

Böylece Katherine geceliği satın aldı, fakat eve döndüğünde Noah'a yalnızca Nicholas için satın aldığı şeyleri gösterdi. Geceliğin bir sürpriz olmasını istemişti. O gece daha sonra Nicholas'ı yatırıp etrafı topladıktan sonra biraz erken yatmaya karar verdiler. Noah'un kırmızı gecelikten işte o zaman haberdar olmuştu. Gerçekten de çok güzel bir gecelikti. Ve gerçekten de çok iyi bir yatırımdı!

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Katherine'in kırmızı geceliğini savurganlık olarak mı, yoksa yatırım olarak mı değerlendiriyorsunuz?
- Katherine ve Noah'un cinsel yaşamlarını yeniden canlandırabilecekleri/yenileyebilecekleri/yeniden güç verebilecekleri bazı yollar neler olabilir?
- Cinsel ilişkiye girmeden önce, bir ilişkide bir süre bekleme konusunda ne hissediyorsunuz?
- Cinsel ilişki evliliğe kadar beklemeli mi?
- Cinsel ilişkiyi içermeksizin bir partnerle tutkuyu ve cinselliği yaşamanın bazı yolları neler olabilir?

İlişkisel Cinsellik Konusunda Ne Biliyoruz?

İnsanların bir ilişkide ait olma gereksinimleri varsa (Baumeister ve Leary, 1995), böyle bir aidiyeti aramanın ve açığa vurmanın temel yollarından biri fiziksel temastır. Sevdiğimiz insanlara dokunmak ve onlar tarafından dokunulmak sevgiyi göstermenin bir yolu olduğu kadar, ilişki kurmanın da bir yoludur. *Dokunma*, bir ana baba çocuk ilişkisinde sarılma ve el ele tutuşma, bir arkadaşlık ilişkisinde omzuna yaslanma ya da sırtını sıvazlama ya da romantik bir ilişkide öpüşme, özel dokunma ve cinsel yakınlık (sıklıkla orgazmla sonuçlanan) biçiminde olabilir.

Bu bölüm, cinsel bağlamda, en çok da partnerli ilişkilerde dokunmayı ele alacaktır. **Cinsellik** alışılmış olarak iki kişiyi gerektirir (mastürbasyon ve grup seksi dışında) ve Laumann ile arkadaşları "cinsel davranışın temel olarak toplumsal etmenler tarafından yapılandırılmış olduğu"na işaret etmektedirler (Laumann, Gagnon, Michael ve Michael, 1994, s. 78). Bir romantik ilişkide cinselliği düşündüğümüzde, sık sık karşıtcinsel çiftlerde cinsel birleşmeye gönderme yaparız. Bu bölümde, daha çok genellikle evli çiftlerde cinselliği olmak üzere, karşıtcinsel cinselliği (genellikle cinsel birleşme) niteleyen davranışlar, tutumlar ve benzerleriyle ilgili araştırmalar tartışılacaktır. Bu nedenle bölüm, bir dizi kuram ve araştırma ışığında İlişki Öyküsü'ndeki çifti ele alacaktır. Ancak böyle bir bakış açısının zorunlu olarak sınırlı olduğunu ve insan olmanın bir yönü olan daha geniş cinsel deneyimin yalnızca bir parçasına değindiğini her zaman anımsamalıyız.

Bu bölüm, cinsel davranış (gerçekten yaptığımız şey) konusunu kısaca tartışarak başlayacak ve sonra cinsel tutumlar ve cinsel çekicilik de içinde olmak üzere yaptığımız şeyleri yapmamıza neden olur görünen tutum, değer ve güdüleyici diğer etmenlerden bazıları ele alınacaktır.

Cinsel Davranış

Cinsel bilimin önemli alanlarından biri *evlilik öncesi cinsellik* ya da cinsel olup olmamaya ya da cinsellik zamanına karar vermekle ilgili konulardır. Araştırmalar, çoğunluğu eninde sonunda cinsel olarak etkin hâle gelmekle birlikte, bazı genç yetişkinlerin bakir olarak kaldıklarına işaret etmektedir (Christopher ve Sprecher, 2000). Bu kararlar değerler, tutumlar, istekler ve akranlardan ana babalara kadar uzanan bir sürü başka etki temelinde alınmaktadır. Gerçekten toplumsal güçler, "cinsel davranışı belirlemede güçlü ve ısrarcıdırlar" (Michael, Gagnon, Laumann ve Kolata, 2001). Erkeklerden çok kadınlar, cinselliği duygusal katılım ve ilişkisel bağlanmayla eşleştirmektedirler (Christopher ve Sprecher, 2000; Michael ve ark., 2001); bu nedenle, evlilik öncesi cinsel ilişkiye girerken, erkek ve kadınların kafalarında çok farklı şeyler olabilir. Evlilik öncesi cinsellik aşırı derecede önemli bir konudur ve birçok kitap ve makalede daha ayrıntılı olarak ele alınmıştır (ör., Christopher, 2001; Christopher ve Sprecher, 2000).

Yakın ilişkideki insanlar ve onlarla çalışan araştırmacılar için önemli bir konu belirli cinsel davranışların sıklığıdır. Son altmış yıl içerisinde, devam eden ilişkilerdeki çiftlerin cinsel birleşme, oral ve anal yolla cinsel ilişki de içinde olmak üzere cinsel ilişki sıklığını belirlemek için değişik bir dizi çalışma yapılmıştır. Bu davranışların en önde geleni karşıtcinsel birleşmedir (Ldumann ve ark., 1994).

İlginç bir biçimde, **cinsel sıklıkta** biraz artış olmakla birlikte (ilk çalışmalarda haftada 2.5 kezle son çalışmalarda haftada 3 kezden biraz fazla arasında değişmektedir) (Sprecher ve McKinney, 1993); bu artışın ortalama bir çift üzerindeki olgusal etkisi dikkate değer bir etki değildir. Sprecher ve Regan (2000), "evli genç çiftlerin ortalama haftada iki ya da üç kez cinsel birleşme yaşadıkları"nı ortaya koymuşlardır (s. 221). Ancak daha da önemlisi, partnerlerin yaşlarına ve ilişkinin süresine bağlı olarak, böyle çiftler ilişkileri sırasında cinsel ilişki sıklıklarının düşmesini beklemelidirler. Bu düşüş başlangıçta daha hızlı olmakta ve zamanla yavaşlamaktadır, fakat

çoğu çift için bu, ilişkinin gidişi içerisinde, büyük bir değişim değildir. Gebelik ve sonuç olarak ana baba olma, iş yoğunluğu, hastalık ve benzeri durumsal etmenler *cinsel sıklıkta* bir azalmaya neden olabilmektedir. Call, Sprecher ve Schwartz (1995) evli çiftlerin cinsel ilişki sıklığını en olumsuz etkileyen iki etmenin ilerleyen yaş (hastalık gibi diğer olumsuzlukları da birlikte getirebilen) ve evlilik doyumsuzluğu olduğunu ortaya koymuşlardır.

Greenblat (1993), çiftler arasında cinsel ilişki sıklığı açısından büyük değişkenliğin olduğunu ortaya koymuş ve aynı zamanda ilk yıldaki cinsel ilişki sıklığının daha sonraki yıllardaki sıklığın en iyi tek yordayıcısı olduğuna işaret etmiştir. Birlikte yaşayan çiftler, evli çiftlerden daha sık cinsel ilişkide bulundukları için birlikte yaşama "cinsel yaşam düzenlemesi" olarak betimlenmiştir. Eşcinsel erkek çiftler, bazı başka çift türlerinden daha fazla cinsel ilişkide bulunurken, lezbiyen çiftler diğer çift türleriyle karşılaştırıldığında daha fazla fiziksel temasta ancak daha az gerçek cinsel ilişkide bulunmaktadırlar (Blumstein ve Schwartz, 1983).

Gerçekte, Laumann ve arkadaşlarına göre (1994) ABD'li çiftler eskisi kadar ya da kitle iletişim araçlarının belirttiği kadar sık cinsel ilişkide bulunmamaktadırlar. "Amerikalı yetişkinler partnerli cinsel ilişkide yaklaşık olarak üç etkinlik düzeyine ayrılmaktadırlar. Yaklaşık %35'i haftada iki ya da daha fazla, %30'u da ayda bir ya da birkaç kez partnerli cinsel ilişkide bulunmaktadır." (s. 89). Call ve arkadaşları (1995), oldukça geniş bir yaş aralığından bekâr, birlikte yaşayan ve evli çiftten oluşan aşırı derecede büyük bir örneklemin tepkilerini çözümlemişlerdir. Yalnızca evli kişilerden elde ettikleri verileri kullanarak, evli bir çiftin ortalama cinsel ilişki sıklığının "19-24 arası yaşlar için ayda ortalama 11.7, 30-34 arası yaşlar için 8.5, 50-54 arası yaşlar için 5.5 defa, 65-69 arası yaşlar için 2.4, 75 yaş ve üzeri yaşlar için 0.8 kez olduğunu" ortaya koymuşlardır (s. 646).

Çiftlerin büyük çoğunluğu karşıtcinseldir ve bu çiftler için cinsel birliktelikllerin büyük çoğunluğu vajinal birleşmeyi içermektedir. Oral cinsel ilişki yaygınlaşmıştır, fakat vajinal cinsel ilişki, karşılaştırılamayacak kadar daha yaygındır. İlginç biçimde, hâlâ çok olumsuz damgalanan mastürbasyon en yaygın olarak başvurulan cinsel etkinliktir (Laumann ve ark., 1994).

Cinsel etkileşim sıklığı, popüler dergi sayfaları ve akşam haberlerinde sık sık karşımıza çıkmakla birlikte, bu etkileşimleri yaşayan kişiler için sıklık, bu etkileşimlere yönelik tutum, duygu ve alınan doyumdan daha az önemli olabilir. Hem erkek hem de kadınlar için, kalıcı ve cinsellikte başkalarını dışlayıcı bir ilişkiye sahip olmak, ilişkide cinsellikten daha fazla doyum almakla ilişkilidir (Waite ve Joyner, 2001). Erkek ve kadınlar cinselliği biraz farklı yaşıyor görünmektedirler, kadınlar cinsel benlikleriyle erkeklerden daha karmaşık yollarla bütünleşmektedirler (Christopher, 2001; Cyranowski ve Anderson, 1998). Ancak yine de hem erkekler hem de kadınlar, cinselliği ilişki bağlamında değerlendirmektedirler.

Cinsel Tutumlar

Beyin en güçlü cinsel organ olarak ünlüdür, çünkü sonuçta cinselliğin yaşamımızdaki anlamını büyük ölçüde cinsellikle ilgili duyup düşündüklerimiz, yani **cinsel tutumlarımız** belirler. Cinsellikle ilgili tutum ve değerlere farklı bir dizi yolla ve yaklaşımla bakılabilir. Örneğin, cinsel özgürlüğe ilişkin tutumlar zamanla olumlu

yönde değişirken, eşcinsellik ve aldatmaya ilişkin tutumlar daha az değişmiştir ve daha olumsuzdur (T. W. Smith, 1994; Sprecher ve McKinney, 1993).

Cinselliğe Yönelimler

İnsanların cinsel çerçevelerini ya da şemalarını ya da senaryolarını anlamaya yönelik olarak önerilen bir yaklaşım cinselliğe üç yönelimi içermektedir: üremesel, eğlencesel ve ilişkisel. Üremesel yönelim, cinselliği üreme amaçlı bir davranış olarak görmektedir. Bu, bakış açısı "yalnızca türlerin devamına ilişkin bir görüş" değildir; aynı zamanda çocuk sahibi olmayı ve bir aile birliği kurmayı cinselliğe anlam kazandıran çıktılar olarak gören bir bakış açısıdır. *Eğlencesel yönelim* ise, tersine cinselliği iyi bir eğlence, hoş bir deneyim ve gönüllü iki yetişkin arasında olumlu bir bağlanma gerçekleşirse, bir bütün hâlinde, iyi bir şey olarak görür. Bu açıdan cinsellik kendi içinde bir sondur. Üçüncü bakış açısı, *ilişkisel yönelim*; cinselliği ilişki partnerleri için anlamlı bir deneyim, duyguları anlatmanın ve yakınlığı yaşamanın bir yolu, yaşamlarında partnerleri daha güvenli ve doyumlu olarak bağlayabilen bir şey olarak görmektedir. Cinsellik, bu nedenle ilişkisel yönelim içinde hem bir araç hem de bir sondur. Noah ve Katherine, birbirlerine karşı çok tutkulu ve cinsel olarak istekli olmaları ve kendi başına cinsel ilişkilenmeden zevk almaları, ancak ayrıca aile kurmayı da önemli bir yaşam değeri olarak görmeleri nedeniyle ilişkisel bakış açısından iyi bir örnektirler.

Michael ve arkadaşları (2001), katılımcıları değişik bir dizi tutum ve değere ilişkin tepkileri temelinde üç geniş gruba ayırırken de benzer kategorileri kullanmışlardır. Bu kategoriler -*geleneksel, ilişkisel* ve *eğlencesel*- evlilik öncesi cinsel ilişki, eşcinsellik ve benzeri konulara yönelik farklı tutumları temsil etmektedir. Örneğin, geleneksel grupta sınıflandırılan katılımcılar, dinsel inançları temelinde evlilik öncesi cinsel ilişkinin yanlış olduğunu belirtmişlerdir.

Günümüzde genç insanlar, daha erken yaşta ve bazen daha fazla partnerle cinsel ilişkiye giriyor olmakla birlikte, tutumsal yönelimleri, özellikle eğlencesel gibi görünmemektedir. Bir ergen hâlâ bağlantı aramaktadır; bu nedenle de tutumları ilişkiseldir. Fakat erken yaşta cinsel ilişki genellikle sorunludur. "Ergenlerin üçte ikisi liseyi bitirdiklerinde cinsel olarak etkindir. Üçte birinden daha fazlası bunun için pişman olduklarını belirtmektedir" (Mulrine, 2002, s. 48-49).

Üremeye ilişkin/geleneksel, eğlencesel ve ilişkisel yönelimler her zaman iyi ya da kötü değildir; yalnızca insanların cinsellikle ilgili tutumlarını, değerlerini ve cinselliğin insan yaşamındaki rolünü çerçevelendirmenin yollarıdır. Bir kişinin cinsellik çerçevesinin hem onun cinsel olarak ne yaptığı hem de cinsel olarak ne düşündüğü ve ne hissettiği hakkında doğurguları vardır. Ayrıca bu çerçevenin, kişinin cinsel partner olarak kimi arayacağıyla ilgili doğurguları da vardır.

Cinsel tutumlar üzerinde oldukça çok araştırma vardır ve bir dizi tutum ölçeği geliştirilmiştir. Var olan kuram ve araştırmalar temelinde geliştirilmiş olan böyle bir ölçek, Cinsel Tutumlar Ölçeği (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1987) 43 madde ve dört alt ölçek içermektedir. Alt ölçekler, içerikleri ve her birinde bulunan madde sayıları şöyle sıralanabilir; *İzin vericilik* (gelişigüzel cinsellik; 21 madde), *Cinsel uygulamalar (sexual practices)* (sorumlu/hoşgörülü cinsellik; 7 madde),

Paylaşım (ilkesel cinsellik; 9 madde), *Araçsallık* (biyolojik cinsellik; 6 madde). Bu ölçeğin gözden geçirilmiş bir sürümü Ayraç Kutusu'nda verilmiştir. Bu ölçekteki soruları yanıtlayın ve yanıtlarınızın DeLamater (1989) tarafından önerilen ilişkisel, eğlencesel ve üremeye ilişkin tutumsal yönelimlerden hangisine karşılık geldiğine bakın.

Cinsel Tutum ve Davranışlar Üzerindeki Etkiler

Genellikle, cinsel tutumların cinsel davranışları etkilediği düşünülmekle birlikte, bunun tersi de doğrudur: Davranışlar da tutumları etkilemektedir. Ayrıca hem davranışlar hem de tutumlar, ilişkideki insanların kişilik özellikleri, ilişkilerinin özellikleri ve toplumsal çevresel etkiler (aile, arkadaşlar vb.) de içinde olmak üzere başka birçok etmen tarafından etkilenmektedir (Christopher ve Roosa, 1991). Daha genel toplumsal-kültürel ve dinsel değerler de ayrıca cinsel tutumlar ve davranışları etkiler. Din, eğitim düzeyi, etnik ve ırksal köken ve hatta yaşanan yer gibi değişkenlerin tümünün insan üzerinde etkileri vardır (Laumann ve ark., 1994). Diğer bir deyişle, cinsel tutumların ve daha geniş anlamda cinsel yönelimin gelişimi karmaşık bir süreçtir.

Cinsel Çekim

Cinsel çekim ve *cinsel arzu edilirlik* oldukça bireyseldir (ör., "Her yiğidin bir yoğurt yiyişi vardır."), fakat bazı neredeyse evrensel özellikler de vardır. Örneğin, 2. Bölüm'de de tartışıldığı gibi, Buss ve Barnes (1986) hem erkek hem de kadınların "incelik ve anlayışı" "heyecan verici kişiliği" ve "zekâyı" olası bir eşte en önemli nitelikler olarak değerlendirdiklerini göstermişlerdir. Başkaları gibi, bu yazarlar da ayrıca partnerin fiziksel çekiciliğinin erkekler için kadınlar için olduğundan, buna karşılık bir partnerin ekonomik geleceğinin ve para kazanma gizilgücünün kadınlar için erkekler için olduğundan daha önemli olduğunu ortaya koymuşlardır.

Fiziksel çekicilik ve gelir getirme olasılığı ile ilgili bu bulgular oldukça büyük bir ilgi uyandırmıştır. Ancak yine de en önemli niteliklere ilişkin (incelik, anlayış, kişilik, zekâ) toplumsal cinsiyet *benzerliği* konusundaki bulgular çoğu kez görmezden gelinmiş ve hiç değilse hafife alınmıştır. İlginç bir biçimde Winstead ve arkadaşları (Winstead, Derlega ve Rose, 1997), bir dizi araştırmayı taramış ve insanların romantik partner seçimlerinin her zaman, önemli bulduklarını söyledikleri özelliklerle örtüşmediği sonucuna varmışlardır.

Cinsel çekiciliğin bir diğer yönü de bir bireyin cinsel deneyim düzeyidir. Önceleri, evlendiğinde bir kadının bakire olmasına (kadınların oldukça büyük bir yüzdesi için bu, gerçekten çok, bir ülkü olmakla birlikte) büyük önem verilirdi. Sprecher ve McKinney'e göre (1993) birçok araştırma, insanların ilişkisel bir partnerin orta düzeyde deneyimli, ancak erkeklerin uzun süreli bir ilişkiye karşı kısa süreli bir ilişkide daha az değil, daha fazla deneyimli partnerleri tercih ettiklerini ortaya koymaktadır. Cinsel deneyimde ölçülülük kadar, eğlencesel olmayan cinsel tutumlar ve

Ayraç Kutusu

Cinsel Tutumlar Ölçeği Kısa Formu

Lütfen aşağıdaki ölçeği kullanarak, her bir maddeyi, şu anki romantik ilişkinizi ne kadar iyi betimlediği açısından değerlendiriniz. Daha sonra geri dönerek her cinsel tutum için bir toplam puan elde edecek biçimde dört grubun her birindeki puanlarınızı toplayınız. En yüksek ve en düşük puanlarınızın hangileri olduğuna bakınız (15 en yüksek, 3 de en düşük puandır). Puanlarınız üremesel yönelimi mi, ilişkisel yönelimi mi, eğlencesel yönelimi mi, yoksa yönelimlerin bir bileşimini mi yansıtıyor?

1=*Kesinlikle katılmıyorum* 2=*Katılmıyorum* 3=*Kararsızım*
4=*Katılıyorum* 5=*Kesinlikle katılıyorum*

İzin Vericilik

1._____ Cinsel ilişkiye girmek için birine bağlanma gereksinimi duymam.
2._____ Gelişigüzel cinsellik kabul edilebilir.
3._____ Tek gecelik cinsel ilişkiler bazen oldukça zevklidir.

_____ =Toplam

Cinsel Uygulamalar

1._____ Doğum kontrolü sorumlu cinselliğin bir parçasıdır.
2._____ Genç insanlar için cinsel eğitim önemlidir.
3._____ Mastürbasyon olabilir.

_____ =Toplam

Paylaşım

1._____ Bir ilişki ilerledikçe, cinsellik daha iyiye gider.
2._____ Cinsellik iki insan arasında en yakın iletişim biçimidir.
3._____ Birbirlerine derinden aşık olan iki kişi arasındaki cinsel birliktelik, en gerçek insan etkileşimidir.

_____ =Toplam

Araçsallık

1._____ Cinselliğin en iyisi, rahat olup, kendi zevkinize odaklandığınızda yaşanandır.
2._____ Cinsellik, temelde bir başka kişiden haz almaktır.
3._____ Cinselliğin temel amacı, kişinin kendisinden zevk almasıdır.

_____ =Toplam

deneyimlerin göstergeleri de (ör., Bettor, Hendrick ve Hendrick, 1995) olası bir ortağı hem kadın hem de erkek için çekici yapabilir.

Bir kişi, birini çekici bulduğunda ve ikisi romantik bir ilişkiye başladıklarında, cinsel ilişkiye girilip girilmeyeceği ve girilecekse zamanı konusundaki kararlar

önemli hâle gelmektedir. Bazıları gerçekte hiçbir karar söz konusu olmaksızın yalnızca cinsel ilişkiye girmektedir, fakat cinsel davranış, karar alınarak farkında olunsun ya da olunmasın bir kararı yansıtır. Davranış kararı yansıtır.

İlişki gelişiminin başlangıç evrelerinde cinsellik olasılığı, gelişimin daha sonraki evrelerinde olduğundan daha düşüktür. "Birçok çift, cinsel ilişki için ilişkilerinin belirli bir gelişim evresine kadar bekler." (Sprecher ve Regan, 2000, s. 220). İlginç biçimde, araştırmalar ilk cinsel ilişkinin zamanlaması (ilişkinin erken ya da ileri aşamasında) ile ilişkinin sürekliliği ya da bitimi gibi sonuçlar arasında tutarlı ilişkiler ortaya koymaktadır. Cinsel ilişki için bekleme Katherine ve Noah için ilişki gelişiminin önemli bir parçası olmakla birlikte, bu tüm çiftler için benzer öneme sahip değildir. Kuşkusuz, bazı çiftler için cinsellik evlenince kadar beklemektedir.

Partnerlerin süregelen etkileşimlerinin doğası, ilk cinsel etkileşimin ne zaman gerçekleştiğinden çok daha önemli olmak eğilimindedir. Cinsel doyum ve cinsel iletişim süregiden bu etkileşimlerin öze ilişkin yönleridir.

Cinsel Doyum

Sprecher ve Regan'a göre (2000), "Çoğu çift ilişkilerinin cinsel yönünün doyurucu olduğunu belirtmektedir." (s. 221). Daha sık cinsel ilişki, orgazmların tutarlılığı, cinsel paylaşım ve benzerleri de içinde olmak üzere, özgül bir cinsel davranışlar sayısı daha büyük cinsel doyumla ilişkilidir. White ve Joyner (2001), karşıtcinsel çiftlerde cinsel ilişki sırasında kadının orgazm olma sayısı arttıkça, her iki partnerin duygusal doyumlarının da arttığını göstermişlerdir. Ayrıca iletişim ve yakınlık gibi ilişkisel etmenler de cinsel doyum ve sırasında genel ilişki doyumu için son derece önemlidir (Sprecher ve Regan, 2000).

Örneğin Lawrance ve Byers (1995), partnerleriyle cinsel ilişkilerinde yaşadıkları ödül ve bedelleri yansıtan 46 maddelik bir kontrol listesi içinde (ör., cinsel kendiliğindenlik, cinsel ilişki sırasında duygu paylaşımı) bir dizi ölçek kullanarak insanların **cinsel doyumlarını** ölçtüler. Katılımcılar her madde için ödül mü, bedel mi, her ikisi mi ya da hiçbiri mi olduğunu belirttiler. Bu araştırmanın sonuçları bir dizi boyut açısından önemliydi. İlk olarak, cinsel doyum bedelleri aşan ödüllerle olumlu yönde ilişkiliydi. Diğer bir deyişle, insanlar ilişkilerinde cinsel olumlulukları cinsel olumsuzluklardan daha fazla yaşamaları ölçüsünde cinsel olarak daha doyumluydular. Ayrıca genel ilişki doyumu da (şaşırtıcı olmamak üzere) cinsel doyumla ilişkiliydi. Biraz farklı olmakla birlikte, kadın ve erkekler benzer ödül ve bedel düzeyleri belirtiyorlardı. Hem kadın hem de erkek katılımcılar, kişinin partneriyle kendisini rahat hissetmesini ödül listesinin başında (erkekler için 1. sırada, kadınlar için 2. sırada) değerlendirirken, genellikle "kadınlar cinsel ilişkilerin duygusal, ilişkisel niteliklerini yansıtan ödülleri erkeklerden daha fazla bildirmek eğilimindeydiler" (s. 282). Cinselliğin sıklık ve teknikten çok daha fazla bir şey olduğu açıktır.

Bu araştırmayla tutarlı olarak, Byers ve arkadaşları (Byers, Demmons ve Lawrance, 1998) ilişki doyumunun çıkan çiftlerde önemli bir yordayıcısı, hatta yukarıda

tartışılan daha önceki çalışmalardaki evli çiftlerde olduğundan daha önemli bir yordayıcısı olduğunu göstermişlerdi. Araştırmacıların vardığı sonuca göre, genel bir doyum değerlendirmesi, görece yeni ilişkilerde cinsel doyum için daha önemliyken, daha uzun süreli ilişkilerdeki evli kişiler için cinsel ilişkinin özgül yönleri (ör., cinselliğin algılanan ödül ve bedelleri arasındaki farklılıklar, ilişkideki iki partner için de bedellerin algılanan eşitliği) daha önemlidir.

Cinsel doyum yalnızca ilişkisel doyumla değil, aynı zamanda gerçek ilişkisel çıktıyla da bağlantılıdır. Örneğin Sprecher (2000), cinsel doyum arttıkça çiftlerde ayrılma oranının azaldığını (bazı koşullar altında) ortaya koymuş, ancak ilişkisel niteliğin cinsel doyum üzerindeki etkisinin cinsel doyumun ilişkisel nitelik üzerindeki etkisinden daha büyük olacağını da kestirmiştir.

Cinsellikten alınan doyumun bazen cinsel heyecan ve yeniliğin bir işlevi olduğu düşünülür ve cinselliğin bu yönleri kesinlikle önemli olabilir. Fakat cinsel kararlılık ve kestirilebilirlik de doyumla ilişkili olabilir. Örneğin, Lawrance ve Byers (1995) aynı partnerle birçok kez cinsel ilişkide bulunmanın, kadınlarda cinsel doyumla ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Ek olarak Laumann ve arkadaşları da (1994) yakın ilişkilerinde fiziksel ve duygusal olarak en fazla doyum aldıklarını belirten katılımcıların aynı zamanda tek eşli ilişkilerdeki kişiler olduklarını ortaya koymuşlardır. Bu insanlar aynı zamanda bütün katılımcılar arasında en mutlu olduklarını belirten kişilerdi. Evli kişiler fiziksel ve duygusal olarak en doyumlularıydı ve onları sırasıyla birlikte yaşayanlar, birlikte yaşamayan uzun süreli ilişkilerdeki kişiler izliyordu. Yazarlar: "Tek cinsel partnere sahip olmanın, fiziksel zevk ve duygusal doyum açısından birden fazla partnere sahip olmaktan daha ödüllendirici olduğuna" (s. 364) ve "toplumsal-cinsel etkinliğin evlilik bağlamı içinde rutinleştiğine, sönükleştiğine ve giderek sıklığının azaldığına ilişkin yaygın söylentiye" işaret etmişlerdir (s. 92). Ancak farklı bir bakış açısı için Liu'ya (2000) bakınız.

Cinsel İletişim

Süre giden ilişkilerde cinselliğin doyurucu olmayı sürdürmesinin olası bir nedeni, uzun süreli partnerlerin, kendilerini, birbirlerinin yanında hem duygusal hem fiziksel olarak rahat hissetmeleri ve ilişkilerinde cinsellikle ilgili iletişim kurmayı öğrenmiş olmalarıdır. Birçok insanın cinsellik hakkında konuşmayı oldukça güç bulduğunu herkes bilir; ancak yine de partnerler zamanla cinsellik konusunda iletişim kurmayı öğrenirler. Örneğin, öpüşme ve sarılmada sözsüz ince ipuçları, bir taraf televizyon izlerken diğerinin çıplak olarak odaya girmesi kadar doğrudan olmayabilir, fakat bir partnerin sevişme ve cinsel ilişkiye ilgisini iletmede oldukça etkili olabilir. Katherine'in kırmızı geceliği Noah için güçlü bir iletişim aracı olmuştu!

Benzer biçimde, cinsel ilişkiyi başlatmak önemlidir; cinsel ilişkiyi reddetmek de aynı ölçüde ya da daha fazla önemlidir. "Sağlam bir ilişkide, bir reddetme (cinsel etkileşimin) doğrudan olmak ve partnerin duygularını koruyan ve çatışmayı azaltan bir açıklamayla birlikte gelmek eğilimindedir (Sprecher ve Regan, 2000, s. 202). Cinsellik birçok çift için duyarlı bir alandır; dolayısıyla, cinsel etkileşimi başlatırken de reddederken de incelik ve duyarlılık önemlidir. Katherine ve Noah için, bebek doğduktan sonra sevişmek istedikleri konusunda birbirlerine güvence vermeleri

önemliydi; ikisi de yalnızca çok yorgundular. Sevişmeyi reddetmediler, yalnızca uygun zamanı buluncaya kadar erteleldiler.

Genel Anlamda İletişim

Bir ilişkide genel anlamda iyi iletişim kadar iyi cinsel iletişim de ilişki niteliğine katkıda bulunur (Cupach ve Comstock, 1990) ve açılma cinsel doyumla ilişkilendirilmiştir (Byers ve ark., 1998). Cupach ve Metts (1995) cinsel tutumlarda partnerler arası benzerlikler, cinsel doyum, ilişkisel doyum, bağlanma ve cinsel iletişimle ilgili doyum arasındaki karmaşık ilişkileri araştırmışlardır. Bu yazarlar, "doyurucu cinsel iletişimin, her iki partner için de cinsel doyum ve erkekler için ilişkisel doyum üzerindeki (cinsel) tutum benzerliği etkisine aracılık ettiğini" göstermişlerdir (s. 298).

Bu nedenle, iletişim (hem genel hem de cinsel anlamda) ve partnerlerin bu iletişimle ilgili doyumları cinsel doyumda ve genel ilişkisel doyumda temel etmenlerdir. Böylece, iletişim doyumu da sırasında, iletişimi etkilemektedir. Yakın ilişkilerin tüm bu yönleri karmaşık biçimde iç içe girmiştir.

Dördüncü Bölüm'de aşk tartışılmıştır, bu bölümse buraya kadar cinsellik üzerinde durmuştur. Aşk ve cinselliğin bir noktada örtüşmesi de önemlidir.

Cinsel İstek

Cinsellik ve aşk arasındaki bağlardan biri **cinsel istektir**. Cinsel istekle ilgili yakın geçmişteki yazılar (ör., Regan ve Berscheid, 1999), cinsel isteğin cinsel seçimlerimizdeki önemini vurgulamıştır. İstek farklı düzeylerde ortaya çıkmakta ve birçok etmenden etkilenmektedir -hormonsal, duygusal, ilişkisel- ve sırasında davranışlarımızı etkilemektedir. Cinsel istek, bir diğerini istemenin ve onun için kıvranmanın bir parçasıdır. Aynı zamanda aşkla da ilişkilidir.

Berscheid ve Myers (1996) üniversite öğrencisi kadın ve erkek katılımcılardan, insanları üç grup altında (isimlerinin baş harfleriyle) göstermelerini istemişlerdir: sevdikleri, aşık oldukları ve cinsel olarak kendilerini çeken cinsel istek duydukları insanlar. "Aşık olunan" grubunda yer alan kişilerin çoğunun (%85), "cinsel olarak arzulanan" kişilerin listesinde de yer aldığı görülmüştür. Bu, aile üyeleri ve arkadaşları da içerebilen "sevilen kişiler" grubu için doğru değildir. Birine aşık olma daha çok ona yönelik cinsel istek duymayla ilişkilidir. Regan ve Berscheid (1995), bir partner için cinsel isteği arttırmada fiziksel çekiciliğin en önemli nitelik olduğunu ortaya koymuşlardır.

Cinsel istekle genellikle bağlantılı olan aşk türü daha önceki bir bölümde betimlenen tutkulu aşktır. Bu tür aşk, yeğin olarak duygusaldır, fizyolojik uyarılmayı içerir ve birçok açıdan aşık olmakla ilgili yaygın kalıpyargıya uyar. Hatfield ve Rapson (1996) tutkulu aşkın bir gün çok yükseklere çıkıp ertesi gün derin bir umutsuzluğa düşüren coşkusal niteliğiyle ilgili olarak "bağırtan" yorumunu yapmışlardır. Tutkulu aşkla ilgili karşıt bir bakış açısı da S. S. Hendrick ve C. Hendrick (2000) tarafından Aşk Tutumları Ölçeği'nin alt ölçeklerinden biri olan "Eros"a ilişkin betimlerinde önerilmiştir. Eros'un yeğin olduğu kesindir, fakat fiziksel çekicilik, cinsel

çekim ve uyumlu olma ve benzerleri üzerinde odaklanır ve tekdüze bir biçimde olumludur.

Ayrıca, başka araştırmacılar (Regan, Kocan ve Whitlock, 1998) da "tutkulu aşkın, olumlu duygularla olumsuz duygularla olduğundan daha güçlü bir biçimde ilişkili olduğuna" (Sprecher ve Regan, 2000, s. 224) işaret etmişlerdir. Çiftler ilişkileri süresince, büyük ölçüde cinselliğin diğer yönlerindeki gelgitler gibi, cinsel arzuda da gelgitler yaşayabilir (Metts, Sprecher ve Regan, 1998; Sprecher ve Regan, 2000). Cinsel istekle tutkulu aşk arasındaki bağlantılar özellikle dikkate değerdir, çünkü cinsellik, istek, tutku ve aşk, aşk ve cinsellik üzerinde çalışan araştırmacılar tarafından seyrek olarak birlikte ele alınmıştır.

Cinsellik ve Aşk Bağlantısı

Filozoflar ve toplumsal bilimciler, aşk ve cinselliğin birçok yönünü sorgulamışlardır; bunlar arasında bu ikisinin ilişkili olup olmadığı, hangisinin daha önemli olduğu ve benzerlerine ilişkin tartışmalar vardır. Bazı bilim insanları romantik aşkın gerçekten cinsellikle ya da hiç değilse cinsel istekle ilgili olduğunu ileri sürmüşlerdir (ör., Berscheid, 1988). Diğerleri ise aşkı başat, cinselliği ise ikincil olarak görmüşlerdir. Filozof Vannoy (1980), cinselliği aşkla eşdeğer ve hatta biraz daha üstün görerek aşk ve cinselliği ayrı ayrı düşünmüştür. Ancak yine de bu ikisini birbirleriyle ilişkisiz olarak görmüştür. Öte yandan, Hatfield ve Rapson (1996) hiç değilse, cinselliğin kendini cinsel istekte ve aşkın da tutkulu aşkta gösterdiği kadarıyla, cinsellik ve aşkın büyük ölçüde örtüştüğüne inanmaktadırlar. Hatfield ve Rapson'ın konumu, Katherine ve Noah'ın kendilerini en rahat hissedecekleri konumdur; onlar kendileri için aşk ve cinselliği kesinlikle farklı olgular olarak görmemişlerdir.

Cinsellik ve aşkın bağlantılı olup olmadıkları, bağlantılı iseler bunun nasıl olduğuna ilişkin bilmece, S. S. Hendrick ve C. Hendrick'i (2002) cinsellik ve aşk arasındaki bağlantıyla ilgili araştırma sorularının peşine düşmeye güdülemiştir. İlk olarak, üniversite lisans öğrencilerine (bazıları da ileri yaşlarda, geleneksel olmayan öğrencilerdi), romantik ilişkilerinde aşk ve cinsellik arasında nasıl bir bağın olduğunu sordular. Yazarlar *cinselliği* geniş anlamda "fiziksel sevginin her türü" olarak tanımlamışlardır. Bu soruya yaklaşık 70 yanıt alınarak, dikkatli bir biçimde okunmuştur. Çok açık olan bir şey varsa o da katılımcıların kafalarında kendileri için aşk ve cinselliğin bağlantılı olup olmadığı konusunda en küçük bir kuşkunun bile olmamasıydı. Kesinlikle bağlantılıydılar! Gerçekte, hemen hiç kimse bu ikisini ilişkisiz olarak görmemişti; soru yalın bir biçimde nasıl ilişkili olduklarıyla ilgiliydi. Bu soruya yanıtlar üç *konuya* ayrılarak daha sonra maddeleştirilmiştir.

Bu maddeler, aşk tutumlarını cinsel tutumları, ilişkisel doyumu ve bir dizi başka ölçüyü de içeren çok daha uzun bir ilişki özellikleri ölçeğinin bir bölümünü oluşturmaktadır. Yüzlerce kadın ve erkek (üniversite öğrencisi) bu ölçeği yanıtlamış ve verilerin karmaşık bir çözümlemesinden sonra özgün maddelerin 17'sinin dört *grup* altında toplanabileceği görülmüştür. Her grup, insanların kendi romantik ilişkilerinde aşk ve cinselliği nasıl gördüklerinin farklı bir yönünü yakalamaktadır. Bu dört grup ya da madde takımı, (a) aşk en önemli şeydir (ör., cinsellikten daha önemli); (b) cinsellik aşkı yansıtır (göstermenin bir yoludur); (c) aşk cinsellikten önce

gelir (ör., insanlar cinsel bir ilişkiden önce bir aşk ilişkisi geliştirmelidirler) ve (d) bir ilişkide cinsellik zamanla azalabilir, görüşlerini içermektedir.

Cinsellik ve aşkı ilişkilendiren bu ölçekle yapılan kapsamlı araştırmalar iki kapsayıcı iletiye işaret etmektedir. İlk ileti, cinselliğin kendisi aşırı derecede önemli olmakla birlikte, sevginin cinsellikten daha önemli olduğunu söylüyordu. Cinsellik, süregiden bir ilişki dokusunun önemli bir parçasıdır, fakat cinselliği insanların algısına sokan şey aşktır, tersi değil. Noah ve Katherine buna yürekten katılacaklardır. Katherine'in gebeliğinin sonuna doğru ve Nicholas'ın doğumundan sonraki ilk haftalar ve aylar boyunca onları birbirlerine bağlayan ve sevecen tutan şey cinsel ilişkileri değildi. Gerçek cinsel birleşme olmuyordu bile. Dolayısıyla aşk, evliliklerini sağlam tutan bağlayıcı güçtü. İlişkilerde başat olan tema cinsellikten çok aşk gibi görünmektedir ve aşk üzerindeki bu vurgu hem doyum hem de bağlanmayla ilişkilidir.

Ancak araştırmalardan çıkan ikinci ana ileti, ilkinin ilginç bir karşıtıdır. Diğer bir deyişle ikinci ileti özde en önemli şeydir ve cinsellik onu göstermenin bir yoludur, fakat *eğer azalmaya başlamışsa* cinsellik aşktan daha önemli hâle gelebilir demektedir. Bir ilişkide cinselliğin zamanla azalması kavramı daha düşük doyum, daha düşük bağlanma ve bir dizi başka olumsuzlukla ilişkilidir.

Cinsellik ve Toplumsal Cinsiyet

Cinsellikte Cinsiyet Farklılıkları

Cinsellik alanında kadınlar ve erkekler arasında birçok benzerlik bulunmakla birlikte, ayrıca bir dizi farklılık da bulunmaktadır. "Kadınlarla karşılaştırıldığında erkekler, toplumsal davranışı cinsel açıdan yorumlamaya daha eğilimlidir... (ve) daha cinsellik renkli gözlükler kullanabilmektedirler" (Cupach ve Metts, 1991, s. 99). Erkekler, bir cinsel hoşgörü tutumuyla uyuşmaya (S. S. Hendrick ve C. Henrick, 1987) ve bir kişi ya da durumu cinselleştirmeye daha eğilimlidir (Cupach ve Metts, 1991). "Eldeki kanıtlar, erkeklerin kadınları, kadınların erkekleri olduğundan daha fazla cinsel açıdan değerlendirdikleri görüşünü desteklemektedir" (Shotland, 1989, s. 253).

Buss (1999) gibi evrimsel psikoloji kuramcıları, erkeklerin daha çok kadınla ve daha sık eşleşerek üreme başarılarını arttırdıklarını ileri süren evrimsel psikoloji bakış açısı temelinde, böylesi toplumsal cinsiyet farklılıklarını kestirilebilir bulmaktadırlar. Kadınlarsa tersine, herhangi bir tek çocuk için çok fazla yatırım yapmak zorunda oldukları için cinsel tercihlerinde daha seçici olarak üreme başarılarını arttırmaktadırlar. Erkeklerce açığa vurulan daha çok sayıda cinsel partner arzusu ve partnerleriyle karşılaşmalarının kısa bir süre ardından cinsel ilişkiye girmeye daha büyük isteklilik (Buss ve Schmitt, 1993) gibi bulgular evrimsel kuramlaştırmayla tutarlıdır.

Cinsellik ve toplumsal cinsiyetle kesişen kaygı verici alanlardan biri, bir sonraki alt bölümde kısaca tartışılan çıkma tecavüzü konusudur. Çıkma tecavüzüne, kadınları kurbanlar, erkekleri suçlular olarak gören bir bakış açısından yaklaşılır, çünkü en yaygın örüntü budur.

Çıkma Tecavüzü

Tanıdık tecavüzü; bir kurbanın, bir aile üyesi, arkadaş ya da iş arkadaşı ve benze tanıdığı biri tarafından cinsel saldırıya uğramasıdır. Çıkma tecavüzü, tanıdık tecavüzünün bir alt türüdür ve romantik bir partner tarafından bir saldırıyı içerir. Bi önceki bölümde de tartışıldığı gibi, erkekler durumları kadınlardan daha fazla cinsel olarak görme eğilimindedir (Abbey, 1982). Dolayısıyla, kadınlar çok fazla cinse olduklarını düşünmedikleri biçimlerde davranabilirler, fakat bu davranışları erkek partnerleri ya da başkaları tarafından cinsel olarak algılanabilir. Örneğin, bir kadın bir erkeğe çıkma önerebilir ya da evine gidebilir; bu koşullar altında çıkma tecavüzü katılımcılar tarafından başka koşullar altında olduğundan daha haklılaştırıcı bir biçimde yargılanacaktır (Muehlenhard, Friedman ve Thomas, 1985). Nitekim, çıkma etkinliklerini başlatan kadınlar, gerçekten cinsel ilişkiye girme konusunda daha istekli olarak değerlendirilmektedir (Muehlenhard, 1988). Bu nedenle, cinsel yanlış iletişimler kesinlikle olmaktadır.

Ancak cinsel iletişim, bir kişinin bir diğerine cinsel şiddet uygulamasını içeren karmaşık bir süreçte etmenlerden yalnızca biridir (Wiehe ve Richards, 1995). Çıkma tecavüzü için pek çok neden olabilir, fakat bunun hiçbir mazereti olamaz. Kurbanların çoğu ve işleyicilerinden bazıları için çıkma tecavüzünün sarsıcı sonuçları vardır ve çıkma tecavüzü ile ilgili önleyici bir yönelim önemlidir. Bir kurban ya da işleyici olarak çıkma tecavüzüne karışmaktan kaçınmanın bir yolu, özellikle de onu çevreleyen yaygın söylentiler de içinde olmak üzere, çıkma tecavüzü hakkında daha fazla şey öğrenmektir. Bu söylentilerden bazılarına Ayraç Kutusu'nda yer verilmiştir.

Bütün Çiftler için Cinsellik

Bu bölümde, *bütün* çift türleri için bütün cinsel ilişkisel konuların tartışılabilmesi olanağı yoktur. Böyle bile olsa genç, çekici Avrupalı Amerikalı karşıtcinsel çiftlerin, cinsel olan *tek* çift türü ya da çoğunluk olmadığı belirtilmelidir. Bir parçası olduğu ilişkilerle birlikte, cinselliğin kültürlerarası olarak ele alınması bir zorunluluktur. Cinsellik karşıtcinsel çiftler için olduğu kadar eşcinsel erkek ve kadın çiftler için de hem başlangıçtaki çekim sürecinin hem de ilişkinin sürdürülmesi sürecinin bir parçasıdır.

Eşcinsel Erkek ve Eşcinsel Kadın Çiftler

Cinsellik, çoğu partner için önemli bir ilişki ögesidir ve cinsellik sözcüğünü duyduklarında insanların akıllarına genellikle karşıtcinsel birleşme gelmekle birlikte, sevişme cinsel birleşmeden çok daha öte bir şeydir.

Araştırmalar, eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın çiftlerde cinsellik sıklığı konusunda karışık sonuçlar vermektedir. Bu durum, cinselliğin cinsel birleşme olduğu kalıpyargısının, cinsel ilişki konusundaki sorulara erkek ve kadın eşcinsellerin verdikleri yanıtları etkilemiş olabilmesi gerçeğini de içeren bir dizi yöntemsel sorundan kaynaklanıyor olabilir. Fakat, cinsel yönelim temelinde farklı çift türlerinin sevişme sıklıkları arasında keskin farklılıkların olmadığını söylemek güvenlidir. Ayrıca, "cinselliğin karşıtcinsel biçimleri üzerine temellenen önyargılar, araştırmacıların

Ayraç Kutusu

Çıkma Tecavüzü ile ilgili Söylentiler

- Çıkma tecavüzü, kurbanın hatasıdır.
- Kadın istemiştir.
- Kadınlar "bunu isterler".
- Kadınlar "hayır" dediklerinde gerçekte bu "evet" demektir.
- Hafif davranan kadınlar başlarına gelecekleri hak etmektedirler.
- Cinsellik uyarıcı giysiler giyen kadınlar cinsellik isterler.
- Eğer gerçekten isterse bir kadın cinsel ilişkiyi reddedebilir.
- Gerçek bir erkek cinsel olarak zorlayıcıdır.
- Bir erkek, yatak odasında denetimin kimde olduğunu göstermelidir.
- Bir erkek cinsel olarak uyarılmışsa, cinsel ilişkiye girmelidir.
- Kadın bakire değilse, cinsel ilişkiye zorlanması sorun değildir.
- Biraz sert bir oyun cinselliği daha heyecanlı hâle getirir.
- Bir erkek, bir kadın için çok fazla para harcıyorsa, ondan cinsellik bekleme hakkına sahiptir.
- Öyle büyük bir şey değil-yalnızca cinsel ilişki işte.

Kaynak: Bu mitlerden bazıları Wiehe ve Richards'dan (1995) alınmıştır.

aynı cinsiyetler arası ilişkilerin önemli cinsel bileşenlerini atlamalarına neden olabilir" (Peplau, Spaulding, 2000, s. 118). Gerçekten, cinsel doyum bütün gruplarda benzer olmak üzere ilişkisel bir bağlamda cinsellik, eşcinsel erkek, eşcinsel kadın ve karşıtcinsel ilişkilerde birbirine benzerdir (Christopher ve Sprecher, 2000).

Çiflerin farklılaşabilecekleri bir alan, çok eşliliği kabul etmedir. Eşcinsel erkek çiftler, eşcinsel kadın ve karşıtcinsel çiftlerle karşılaştırıldıklarında, çok eşli ilişkilere daha fazla girmekte ve tek eşli olmamayı hem ilişki doyumuyla hem de ilişkiye bağlanmayla daha ilişkisiz bulduklarını bildirmektedirler (Christopher ve Sprecher, 2000; Peplau ve Spaulding, 2000).

Çok Kültürlü Çiftler

Çok ırklı ve çok kültürlü romantik ilişkilerde diğer ilişkilerin bütün karmaşıklıkları ve daha fazlası vardır. Çok kültürlü ilişkilerde partnerler, içselleştirdikleri kendi kalıpyargıları kadar ilişkileri hakkında diğer insanların toplumsal kalıpyargılarıyla da baş etmek zorundadırlar. Bu kalıpyargılardan bazıları sık sık karışık ırklı ilişkiler ışığında cinsellik, sık sık da siyah/beyaz cinselliği çevresinde döner. Asyalı kadınlar ve Avrupalı Amerikalı erkeklerden oluşan karışık çiftler, kitle iletişim araçlarından, diğer ırksal eşleşmelerle karşılaştırıldığında, daha olumlu tepki almaktadırlar (Gaines ve Liu, 2000). Kapsamlı bir taramada McLoyd ve arkadaşları (McLoyd, Cauce,

Takeuchi ve Wilson, 2000), farklı etnik ve ırksal gruplardan çiftler arasında birçok benzerliğe (ör., evlilik niteliği ve evlilik çatışmalarının başlıca yordayıcılarında) dikkat çekmişlerdir. Contreras ve arkadaşları da (1996) bu bakış açısıyla tutarlı olarak, Avrupalı Amerikalı ve Meksikalı Amerikalı evli çiftler arasında cinsel tutumlar açısından yalnızca alçak gönüllü bazı farklılıklar belirlemişlerdir. Her iki gruptan çiftlerin de doğum kontrolüne yaklaşımlarının olumlu olmasına karşın, Avrupalı Amerikalı çiftler, Meksikalı Amerikalı çiftlerden anlamlı olarak daha olumluydular. Ancak genel olarak, gruplararasındaki benzerliklerin farklılıklardan daha fazla olduğu görülmüştür.

Çiftlerde Yaş İlerlerken

Cinsel yönelime ve ırka/etnik kökene bakılmaksızın, cinsellik bütün çiftler için önemlidir. Dolayısıyla, daha yaşlı çiftler için ayrıca bir ilişkinin fiziksel yönü de önemlidir. Üremenin sonu, cinselliğin de sonu anlamına gelmez ve ileri yaşlarda cinsellik yeni bir olgu olmamakla birlikte şimdi, bir zamanlar olduğundan daha görünür hâle gelmiştir. Yeterince sağlıklı iseler ve cinselliği paylaşabilecekleri bir partnerleri varsa, daha yaşlı insanların çoğunluğu cinsellikten zevk almaktadırlar (Levy, 1994).

Daha önce bu bölümde değinildiği gibi, cinsel ilişki sıklığı ilişki ilerledikçe düşmektedir, fakat en hızlı düşüşler ilişkinin erken evrelerinde olmaktadır. Chicago Üniversitesi Ulusal Kamuoyu Araştırmaları Merkezi'nin 1992 yılında yayınladığı bir raporda 5000 kişinin üzerinde katılımcıdan toplanan tarama verileri incelenmiş ve yaşları 60 ve üzerinde evli çiftler arasından %37'sinin haftada hiç değilse bir kez cinsel ilişkide bulunduğu belirlenmiştir (Mathias-Riegel, 1999, s. 47-48). Ancak, bir başka çalışma da yaşlılık dönemindeki cinsel etkinliğin, gerçekte olduğundan fazla görülebileceğini ileri sürmüştür (Call ve ark., 1995). Ancak yine de cinsellik kavramını, artık genç olmayan fakat etkin bir biçimde (bazen zevkle) cinsel olan kişileri de kapsayacak biçimde genişletmek önemli görünmektedir.

Engelleri ve Hastalıkları Olan İnsanlar

Cinsel kalıpyargılara uymayabilen diğer bir grup da engelli ya da ciddi biçimde hasta kişilerden oluşmaktadır. Ancak yine de tekrarlayalım, bir kişinin cinsel yaşamı, yaygın kalıpyargıdan saptığı için yok olmamaktadır.

Gerçekte, hastalık, cinselliği olumsuz etkileyebilir. Örneğin, kemoterapi tedavisi gören bir kişinin cinsel isteği azalabilir ve şeker hastası bir erkek sertleşme sorunları yaşayabilir. Dahası, omurilik hasarı gibi, belirli özürler cinsel etkinliklerde çok büyük uyarlamaları gerektirebilir. İşitme güçlükleri ve görme sorunları görece kalıcı belirli başka fiziksel özürlerse cinsel alanda, diğer yaşam alanlarında olduğunda daha az uyarlanma gerektirebilir.

Schiavi (1994), cinsel işlevselliğe zarar verebilen fiziksel hastalıkları (ör., nörolojik rahatsızlıklar, iç salgı bezleriyle ilgili rahatsızlıklar, sindirim rahatsızlıkları, kalp damar rahatsızlıkları, anatomik rahatsızlıklar) ayrıntılı olarak belgelendirmiş ve ayrıca sorunlu reçete ve diğer ilaçlara dikkat çekmiştir (tansiyon ilaçları, antipsikotikler, antidepresanlar, kanser kemoterapi ilaçları, kötüye kullanılan ilaçlar). Fa-

kat Schiavi ek olarak, en üst düzeyde cinsel işlevsellik için engeller yaratıcı fiziksel ve ilaç koşulları eşliğinde bile cinsel çıktılardaki bir örneklik eksikliklerini çok açık olarak özetlemiştir. "Örneğin ileri yaşlardaki erkeklerde cinsel işlevsellikle ilgili gerçekçi olmayan beklentiler ya da iktidarsız şeker hastalarının cinsel etkileşimden eskisi gibi doyum sağlayacakları ve aynı biçimde orgazm olmayı sürdürecekleri konusundaki yanlış bilgiler aşırı stresle sonuçlanabilir." (s. 331).

Özetle, tıpsal koşullar cinsel doyumun düşmesiyle sonuçlanabilir, fakat bu bir zorunluluk değildir. En önemlisi, kişinin kendisinin ve partnerinin genel fiziksel ve cinsel yeteneklerinin *farkında olması*, ayrıca bu yetenekler üzerindeki tıpsal, farmakolojik ve psikolojik etkilerin bilinmesi gibi görünmektedir. Bu farkındalık, partnerler arasında ve sağlık hizmetlileriyle kurulan iletişimle desteklenmelidir. Diğer bir deyişle, ilişkisel cinsellik alanında farkına varılan, tanınan ve konuşulan konularla baş etmek daha kolaydır. Böylece, cinsel paylaşım ve doyum ilişkisel partnerlerin tümü için değilse bile büyük çoğunluğu için mümkündür (Rossi, 1994).

Cinsellik, Risk ve Güven

Tarih boyunca, ahlaksal yargı, bilgisizlik, keşfetme korkusu ve gebelik korkusu gibi nedenlerle, cinsellik genellikle gölgelerde yaşanıyor olarak görünmüştür. Ayrıca, cinselliğin bel soğukluğu ve frengi gibi cinsel yolla geçen hastalıkları bulaştırma gizilgücü de vardır. Çağdaş toplum bu konuda bir istisna değildir. Gerçekte, "cinsel yakınlığın sonuçları bakteriyel ve virütik enfeksiyonları kapma riskini içerir ve birçok hastalığın sürmesi ve yayılması bu çok özel davranışla ilgili önemli bir halk sağlığı sorunudur" (Laumann ve ark., 1994, s. 376). Yalnızca cinsel ilişkiden kaçınma tam bir güvenlik sağlar ve günümüzde bazı gençler tarafından uygulanan teknik kaçınma bile tam bir korunma sağlamamaktadır (Mulrine, 2002).

Cinsel yolla bulaşan birçok enfeksiyon (STIler) ve *cinsel yolla geçen birçok hastalık (STD'ler)* görülme oranları onlu yaşların sonlarıyla ve yirmili yaşlardaki insanlar arasında en yüksek düzeye çıkmakta, sonra durağanlaşmakta ve en sonunda keskin bir biçimde düşmektedir. Uçuk ve genital siğil gibi hoş olmayan sorunlardan, hepatit ve sonradan kazanılmış bağışıklık yetersizliği sendromu (AIDS) gibi ölümcül hastalıklara kadar bir dizi hastalık insanlar için risk oluşturur. Ek olarak "bu enfeksiyonları bulaştırmada cinsel partner sayısının önemli bir risk etmeni olduğu konusunda yadsınamaz kanıtlar vardır" (Laumann ve ark., 1994 s. 385). Bu nedenle, birden fazla partnerle ilişki kurma, riski arttırmaktadır ve böyle bir riski belirlemede hem partnerin tanıdık biri olması hem de tek partnerlilik önemli etmenlerdir. Partner sayısı azaldıkça cinsel yolla bulaşan enfeksiyon ve hastalıklara (STI ve STD'ler) yakalanma olasılığı da azalmaktadır ve partnerler (ya da cinsel geçmişleri) ne kadar iyi tanınırsa, güvenli cinsel seçimler yapma olasılığı o kadar artmaktadır (Laumann ve ark., 1994).

Hemen herkes, cinselliğin riskli -hatta tehlikeli- olabileceğinin farkındadır ve güvenlikle ilgili sorunlar cinsel ilişkiye giren herkes tarafından dikkate alınmalıdır. Ancak ilişkisel cinselliğe ilişkin bu tartışmaya en uygun konu cinsel güvenlik önlemleri üzerinde nasıl uzlaşıldığı ya da uzlaşılamadığıdır.

Daha önce de tartışıldığı gibi, cinsellik konusunda iletişim kolay değildir, fakat hem zevk ve doyum hem de güvenlik nedenleriyle yine de önemlidir. Cinsel

yolla bulaşan enfeksiyon ve hastalıkların tek eşli ve uzun süreli ilişkilerde görülme sıklığı çok düşük olmakla birlikte, başka hemen herkes hiç değilse biraz risk altındadır. Bazı bakımlardan yakın ilişkilerde risk ve güven birbirini dengelemektedir (Lear, 1997). "İlişkilerde cinsellikle güven arasındaki güçlü çekişme, kişinin kendisini koruma ve partnerinin güvenilir olduğuna inanma arasındaki dengeyi sağlamasında güçlük yaratmaktadır, çünkü ne de olsa partner belirli bir risk taşımaktadır" (s. 101). Bazı partnerler riskleri bütünüyle yadsırlar, bazıları risklerin farkındadırlar fakat kaput kullanmaktan kaçınırlar, daha bazıları da riskleri en aza indirmenin bir yolu olarak kaput kullanmayı kabul ederler.

Kaput kullanımı ilişkilerde toplumsal cinsiyet ve güçle etkileşir. Hiç değilse, karşıtcinsel ilişkilerde kadınlar kaput kullanmaya çok güdülenmiş olabilirler, ancak erkeklerin de bu konuda kadınlarla aynı görüşe gelmeleri gerekmektedir. İlişkide daha fazla güce sahip olan partner kaput konusunda son kararı verme yetkisine de sahip olma eğilimindedir. Ayrıca kadınlar cinsel girişimleri konusunda, hazırlılık da içinde olmak üzere (ör., koşullu bir çifte standart; Sprecher ve McKinney, 1993), hâlâ çok daha olumsuz yaptırımlarla karşı karşıya kalabilirler. Kaput bulundurarak cinsel ilişkiye hazırlıklı olan kadın partnerler "heyecanlandım ve bu nedenle de cinsel ilişkiye girmiş olmaktan sorumlu değilim" tepkisiyle karşılaşabilirler (Lear, 1997, s. 109).

Yeni bir partnerle kaput konusunu tartışmak uygun olmayabilir, fakat sürmekte olan bir ilişkide konuyu partnere açmak da ilişki açısından büsbütün tehdit edici olabilir: "Kaput kullanmamı isterken ne demeye çalışıyorsun? Bana güvenmiyor musun?" Böylece riske karşı güven, bir çiftin genel olarak ilişki yaşamı, özel olarak da cinsel korunmayla ilgili tartışmalarında ciddi bir konu hâline gelebilir. İlişki yaşamının hemen bütün alanlarında olduğu gibi, burada da açıkça ve belirli düzeyde bir beceriyle iletişim yeteneği önemlidir.

Özet ve Sonuçlar

İnsan bağlanmasının bir yönü, partnerler özellikle de romantik partnerler arasındaki cinsellikte görülür. Cinsellik genelde, iki insan arasında bir davranıştır, fakat toplumsal bir bağlam içinde geçmektedir (ör., dinsel ve toplumsal kurallar). Araştırmacılar cinselliği araştırırken, önemli konular arasında evlilik öncesi cinsellik ve cinsel ilişki sıklığı vardır (genellikle karşıtcinsel birleşme olarak anlaşılır). Cinsel sıklık, uzun dönemde, özellikle de uzun süredir evli olan çiftlerde zamanla düşmekle birlikte, en keskin düşüş ilk yıl içerisinde yaşanmaktadır. Bundan sonra, sıklık çoğu çift için yalnızca çok yavaş bir düşme göstermektedir. Örneğin keskin düşüşler, haftada dört kezden haftada iki keze olabilir.

Cinsel tutumların cinsel davranış üzerinde çift yönlü bir etkisi var gibi görünmektedir. Her biri diğerini etkilemektedir. Cinselliğin amaç ve rolü üzerinde düşünürken göz önüne alınması gereken üç cinsel çerçeve şunlardır: üremesel (cinsellik çocuk sahibi olmak içindir), eğlencesel (cinsellik eğlenmek içindir) ve ilişkisel (cinsellik ilişkiyi güçlendirmek içindir). Birçok etmen cinsel tutum ve davranışları etkilemektedir.

Cinsel çekim, cinsel etkileşimde ilk adımdır. Fiziksel çekicilik hem erkekler hem de kadınlar için güçlü bir çekici olmakla birlikte, incelik, anlayış ve kişilikle ilgili nitelikler, her iki cins için de olası bir partneri değerlendirmede daha da

önemlidir. Ayrıca orta düzeyde bir cinsel deneyim, olası bir partnerde çekici bir nitelik olarak görülmektedir. Belirli bir çiftin yaşamında böyle bir deneyimin ne zaman başladığıysa pek önemli değildir. Daha da önemli olan hem ilişkisel doyum hem de ilişkisel kararlılıkla bağlantılı olan cinsel doyumdur. Kişinin kendisini partneriyle rahat hissetmesi hem kadınlar hem de erkekler için aşırı derecede önemlidir ve hem kadınlar hem de erkekler yakın ilişkilerinde cinsel yeniliğe ek olarak benzer ödül ve bedel düzeyleri belirtmektedirler. Cinsel güvenlik ve kararlılık da cinsel doyuma katkı sağlamaktadır. ABD'deki cinsel uygulamalara ilişkin kapsamlı bir anket çalışmasında, yakın ilişkilerinden fiziksel ve duygusal olarak en fazla doyum alan kişiler, kendisiyle tek eşli bir ilişki yürüttükleri, bir tek partnerleri olan kişilerdi.

Partnerli cinselliğin zamanla iyileşebilecek bir yönü cinsel iletişimdir. Kişinin cinsel ilgisini (ya da ilgi yokluğunu) belirli bir zamanda beceriyle iletebilme yeteneği ilişkisel yaşamda önemli bir değerdir. Bir kişinin ilişkisinde hem cinsel iletişimin hem de genel iletişimin doyurucu olması önemlidir.

Cinsel istek, cinsellik ve aşkı birbirine bağlayabilecek bir etmendir ve giderek daha sık araştırma konusu olmaktadır. Tutkulu aşk, cinsel istekle en sık ilişkilendirilen aşk türüdür ve gerçekten tutku ve aşk birlikte gidiyor görünmektedir. İnsanların aşk ve cinsellik arasındaki ilişkileri nasıl gördüklerine ilişkin yakın geçmişteki araştırmalar, insanların bu ilişkileri nasıl gördüğüyle ilgili dört tema ortaya çıkarmıştır : (1) aşk en önemli şeydir, (2) aşk cinsellikten önce gelir, (3) cinsellik aşkı açığa vurmanın bir yoludur, (4) cinsellik düşüşe geçebilir. Cinsellikteki düşüş, ilişkideki doyumun azalmasıyla özellikle ve güçlü bir biçimde ilişkilidir.

Erkekler, durumları kadınlardan daha fazla cinselleştirme eğilimindedir ve durumu açıklamak için evrimsel olanlar da içinde olmak üzere, birçok neden önerilmiştir. Çıkma tecavüzü, bir kadının romantik ilişki içinde olduğu bir erkeğin cinsel saldırısına uğramasıdır ve kurban bazen de saldırgan için travmaya neden olabilmektedir.

İnsanların cinsel ilişkileri üzerinde dururken, cinselliğin yalnızca genç, beyaz güzel ve karşıtcinsel kişilere açık bir alan olmadığını anımsamakta yarar vardır. Zengin ve doyurucu cinsel yaşamları olan insanlar arasında eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın, farklı ırklardan ve kültürlerden, yaşları, engelleri ve hastalıkları olan çiftler de bulunmaktadır. Cinsellik büyük bir olumlu güçtür, fakat ayrıca güven de gerektiren bir risk alanıdır. Cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlara ve hastalıklara yakalanma riski, partnerin güveni ve cinsel sürecin gelişmesiyle dengelenmelidir; bu nedenle cinsel ilişki çoğu çift için sürekli iletişim ve konuşma (tartışma) gerektirmektedir.

Son bir yorum: Son 30-40 yıl içinde, özellikle kadınlar için cinsel özgürlüğün artması, birey üzerindeki vurgunun bir parçasıdır. Ancak, bireysel özgürlük ve haklardaki artış, cinsel doyum ve genel iyilik hâlinde bir artışa neden olmuş görünmemektedir. Büyük bir olasılıkla durum budur, çünkü hiç değilse, bir bölümüyle aşırı bireyselcilik, insanları cinselliğin ve ait olma gereksiniminin özünde yatan ilişkililikten, başkalarıyla bağlantılı olmaktan uzaklaştırmaktadır. Cinsellik, daha çok ilişkisel ve daha az bireysel olması ölçüsünde, daha doyurucu olabilir.

Anahtar Kavramlar

Cinsellik (s. 98)
Cinsel tutumlar (s. 99)
Cinsel istek (s. 105)
Cinsel sıklık (s. 98)
Cinsel doyum (s. 103)

Önerilen Okumalar

Christopher, F. S. (2001). *To dance the dance: A symbolic interactional exploration of premarital sexuality.* Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Christopher, F. S. ve Sprecher, S. (2000). *Sexuality in marriage, dating, and other relationships: A decade review.* Journal of Marriage and the Family, 62, 999-1017.

Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (1994). *The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States.* Chicago: University of Chicago Press.

Regan, P. C., & Berscheid, E. (1999). *Lust: What we know about human sexual desire.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Rossi, A. S. (Ed). (1994). *Sexuality across the life course.* Chicago: University of Chicago Press.

Sprecher, S., & Regan, P. C. (2000). *Sexuality in a relational context.* In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds), Close Relationships: A sourcebook (s. 217-227). Thousand Oaks, CA: Sage.

İletişim ve İlişkiyi Sürdürme

İletişim ve İlişkiyi Sürdürme Hakkında Ne Biliyoruz?
İlişkiyi Sürdürme Tanımları
İlişkiyi Sürdürme Stratejileri
İletişim
Açılma
Kuramsal Yaklaşımlar
Açılma Üzerine Araştırmalar
Açılmanın İkili Yönleri
Sözsüz İletişim
Günden Güne İletişim (Günlük İletişim)
İlişki Doyumu

İlişki Öyküsü

Parti

Nick ve Elaine her zaman olduğu gibi, geç kalmışlardı. Parti, yarım saat önce başlamıştı ve Nick, arabasının anahtarı ile oynayarak odada öfkeyle dolaşırken, Elaine makyajında son dokunuşları yapmakta ve elindeki değişik küpeler içerisinden hangisini en çok sevdiğine karar vermeye çalışıyordu. Nick giderek daha fazla huzursuz oluyor, en sonunda banyoya doğru yürüyerek Elaine'e alaycı bir sesle "eğer hazırlanmak için biraz daha zaman harcarsan, gitmemize gerek kalmayacak - çünkü parti bitmiş olacak!" diyordu. Elaine'nin yüzü kızarmıştı, seçtiği küpeleri taktı ve cüzdanını aldıktan sonra "hazırım" dedi.

Konuşmadan arabaya bindiler ve sessizce otoyola doğru hareket ettiler; partiye gitmek için neredeyse kenti baştanbaşa geçmek zorundaydılar. Ne yolculuktu ama. Sessiz ve ikiz kızları yanlarında, bir yerlere gittikleri o eski günlerde olduğundan çok farklıydı.

İlişki Öyküsü (devamı)

O zamanlar araba asla sessiz olmazdı; arka koltukta ya kavga ya kıkırdama ya da her ikisi birden olurdu. Ancak şimdi çocukları 17'lerindeydiler ve kendi hedefleri vardı ve dolayısıyla aile seyahatleri oldukça azalmıştı. Ve böylece Nick ve Elaine'nin seyahatleri, birlikte yaşamları gibi, giderek daha sessiz ve boşalmış görünüyordu. Sık sık büyük ölçüde Nick'in giderek daha başarılı olduğu mesleğinin doldurduğu geçmiş, şimdikinden daha eğlenceli görünüyordu.

Elaine parti için daha erken hazırlanması gerektiğini biliyordu fakat hep yapacak başka şeyler bularak hazırlanmayı ertelemişti. Bu parti, Nick için önemli bir olaydı; büyük araştırma projesi desteğini kazandığından beri bu ilk bölüm partisiydi ve bu nedenle insanların onu kutlaması ve onun başarısının güneşinde ısınması için bir fırsat olacaktı. Bunun için çok fazla çalışmıştı; Elaine bunu biliyordu. Elaine'in en iyi bildiği şeydi!

Bir biyokimya profesörü olarak, bütün akşamlarını ve hafta sonlarını laboratuvarda çalışarak geçiriyordu. Bu Elaine'ın onunla tanıştığı zamanlarda bir yüksek lisans öğrencisi olarak alıştığı o çılgınca programın bir devamıydı. O zamanlar onun işine bu denli bağlılığı Elaine'e çekici - hatta seksi - gelmişti. Çok zeki ve ciddiydi. Elaine, Nick'in bir gün çok ünlü bir kimyacı olacağını biliyordu. Elaine, onu işine olan, yaşamda her şeymiş gibi, tek bir amaç güden bağlılığını kişiliğinin özünün bir parçası olarak destekliyordu. Bu nedenle evlendiklerinde, önceleri evde çok az zaman harcamasını hiç sorun etmemişti. Elaine onun evde olmasını beklemiyordu bile. Meslek terapisti olarak Elaine'in kendi işi vardı ve bu ona yetiyordu. İş dışı zamanının çoğunu Nick'in istekle geleceği (en sonunda geldiğinde) bir ev yaşatmak için harcıyordu.

Sonra, Elaine ikizlere hamile kaldı ve işini bırakmaya karar verdi. Nick ilk akademik konumuna yükseldi ve sıcak, rahat dairesini küçük bir evle değiştirdiler. Elaine, kızların bakımı ve küçük evin dekorasyonu ile meşguldü; böylece o uzun laboratuvar saatleri boyunca Nick'i özlemeyecekti -hiç değilse çok fazla. Evde olduğunda Nick, kızlarla oldukça iyi anlaşıyordu; fakat sanki aklı başka bir yerdeymiş gibi genellikle dikkati dağınıktı. Laboratuvara geri dönmek için de zor saklayabildiği bir sabırsızlığı vardı. Bazen Elaine bu sabırsızlığı kırabiliyordu -örneğin sevişirken ya da bazen ikizleri parka ya da plaja götürdüklerinde. Böyle zamanlarda Nick bütün varlığıyla orada olurdu.

Elaine bir ya da iki kez uzun iş saatleri hakkında Nick ile konuşmayı denemiş ve evde biraz daha zaman harcayıp harcayamayacağını sormuştu. Fakat o bazen savunmaya geçerek bazen de ilerleyebilmek için ne kadar çok çalışmak zorunda olduğu hakkında karşı çıkılamaz bir mantıkla direniyordu. Elaine yarı zamanlı çalışan bir kocanın, hiç yoktan daha iyi olduğunu öğrendi ve ondan daha fazla evde olmasını istemekten vazgeçti. Hem kendi yaşamını hem de kızlarınınkini, evde olduğunda Nick'i de içerecek, evde olmadığındaysa iyi yürüyecek biçimde yapılandırdı.

Nick, hemen her şeyde olduğu gibi, arabayı amaçlı ve canlı bir biçimde kullanıyordu. Partiye bu kadar geç kalmaları nedeniyle huzursuzdu. Fakat hepsi bu değildi. Bu partinin kendisi için ne kadar önemli olduğunu bilmesine karşın, Elain'ın partiye gitme konusunda ayak sürümesine sinirlenmişti. Belki onun için yalnızca bir bölüm partisiydi. Fakat Nick'in kendisini bir yere ait hissetmesi açısından bir şanstı.

Başarılı bir biyo-kimya profesörüydü fakat bu büyük araştırma desteği sayesinde kendisini en sonunda gruptan biri gibi, hissediyordu.

Nick babasının onu (ne kadar başarılı olduğunu) şimdi görebilmesini arzuluyordu. Fakat babası büyük bir olasılıkla etkilenmeyecekti. Nick'in bir şey olacağını hiç düşünmemişti. Babası ailenin diğer bütün erkekleri gibi, neden inşaat malzemeleri işine girmediğini bir türlü anlayamamıştı. Her zaman Nick'in sonu gelmeyen eğitiminin ve laboratuvarda kimyasallarla vakit öldürmesinin bir çeşit "kadınsı bir şey" olduğunu düşünmüştü. Nick, hiçbir zaman babasını mutlu edebileceğine inanmamıştı.

Bu durum Elaine'le tanışmasını daha da önemli hâle getirdi. O, biyokimyada bir lisansüstü öğrencisi ve Elaine meslek terapisi öğrencisiydi. Daha başından, birkaç çıkmadan sonra Nick, kendi yaşamıyla yapmak istedikleri, amaçları ve ihtirasları ile ilgili olarak Elain'in desteğini hissetmişti. Elaine, onun için olabileceği en iyi biyokimyacı olmanın ne kadar önemli olduğunu anlamış görünüyordu. Nick kendi işi hakkında konuştuğunda o her zaman dikkatli bir dinleyiciydi. Zekâsı, güzelliği, destekleyici ve sevecen kişiliği, hepsi birlikte onu Nick'in karşılaştığı en özel kadın yapıyordu. Elaine'siz bir yaşamı düşünemezdi, böylece ona evlenme teklif etti; kabul ettiğinde de sevinçten uçmuştu.

Böylece başarılı olmak onun için çok daha önemli hâle geldi çünkü artık kendisi yanında bir başkası için de çalışması gerekiyordu. Ve ikizler doğduğunda sorumlulukları iyice arttı. Onlar için kendisinin hiç sahip olamadığı türden bir baba olmak istiyordu -çocuklarını parasal anlamda geçindirebilecek fakat daha fazlasıyla, onlara inanacak ve yaptıkları her şeyde destek olacak bir baba. Onları, Elaine'le birlikte hastaneden eve getirdiklerinde ne kadar da küçük olduklarını; onlara karşı sevgisinin büyüklüğünü ve onlara bakmaya bağlılığını anımsadı. Kendi kendine onları hiçbir zaman hayal kırıklığına uğratmamaya söz verdi ve bu sözü geçen yıllar boyunca hep tutmaya çalıştı.

Başarılı bir biyokimya profesörü olmak Elaine ve kızlarından uzakta çok uzun bir zaman aldı. Fakat o, bunu onlar için yaptığını düşünüyordu -hiç değilse, bir bölümüyle. Elaine ve ikizler sanki onun bu kadar uzun süre evden uzakta olmasına alışmış görünüyorlardı. Eve geldiğinde hep mutluydular fakat yaşamları sanki o yokmuşçasına devam eder görünüyordu. Arada sırada uzun iş saatleri için suçluluk duyuyor fakat hemen sonra bu düşünceleri bir kenara atarak çalışmaya devam ediyordu.

Elaine'nin sanat çalışmalarına başlaması onun kendisini daha az suçlu hissetmesinde yardımcı oldu. Kızlar büyüdükçe, meslek terapisti olarak iş aramaktansa Elaine, resim dersleri aldı ve bu alanda gerçek bir yeteneğinin olduğunu keşfetti. Özel ilgi alanı çocuk portre resimleriydi. Hiç de şaşırtıcı olmayan bir biçimde, ilk denekleri ikizleriydi fakat insanlar bu resimleri görür görmez Elaine'i işe boğdular. Aylar önceden sipariş alıyordu ve hatta yerel bir sanat galerisinde ilk sergisini açacaktı. Gerçekte, bu akşam parti için hazırlanmak yerine o resimlerden biri üzerinde çalışıyordu. Ona kızmış olmasına karşın Nick, yeniden onunla ne kadar gurur duyduğunu anladı. Kendisi gibi, o da yeteneklerini bulup tutkularının peşinde gidiyordu.

İlişki Öyküsü (devamı)

Nick yumuşadığını hissetti. Yalnızca kendisini mutlu eden bir şeyi yaptığı için Elaine'e nasıl kızabilirdi? Hiçbir şey söylemeden koltukta duran çantasının üzerindeki eline uzandı. Elaine elini kendi eli üzerine koymasına izin verdi fakat karşılık vermek için bir şey yapmadı. Gerçekte, Nick'in elini kendi üzerinde hissetmek şaşırtmadı. Bu akşamki gibi, kendi hatası olmasa bile, bir anlaşmazlıktan sonra ara sıra elini ona uzatırdı. Elaine, Nick'in huzursuzluğunun haklı bir nedeninin olduğunu biliyordu ve partiye niçin gitmek istemediğinden emin değildi.

Gerçekte, Elaine'nin olumsuz tutumu bütünüyle parti ile ilgili değildi. Sorun, ikisi -Nick ve Elaine- arasında; ilişkilerinde ve birlikte yaşamlarında, Elaine için eksik olanlardaydı ve her nasılsa her şey bu partide simgelenmişti. Elaine sanatı olmasaydı ne yapardı bilmiyordu. Sanatı onu besliyor, ayakta durmasını sağlıyordu. En mutlu anlarından bazıları resim yaptığı ya da yaptıklarını başkalarıyla paylaştığı zamanlardı. Yaklaşmakta olan sergisi onu heyecanlandırıyordu ve hakkında çok şey söylememiş olmasına karşın Nick'in kendisiyle gurur duyduğunu biliyordu.

Nick arabayı durdurdu; gelmişlerdi. Işıklar parlıyor ve bölümdeki hemen herkes bu yıllık etkinliğe katılmak üzere buraya gelmiş görünüyordu. Elaine ve Nick arabadan inerek ön kapıya doğru yürüdüler; kapıyı çalmadan içeri girdiler ve ev sahiplerini aradılar. Tanıdıkları insanları ellerinde şarap kadehleri ve içecek bardaklarıyla, masalardan bir şeyler yerken ve havadan sudan konuşurken gördüler. Sonunda, onlara hoş geldiniz diyen ve Nick'i aldığı destek için kutlayan ev sahibi ve bölüm başkanı Bob'u buldular. Elaine bunun ne kadar da kestirilebilir olduğunu düşündü. Nick, "En sonunda" diye geçirdi aklından. Bir masa üzerinde içkilerin dizili olduğu mutfağa doğru ilerlediler. Nick her ikisi için şarap doldurdu ve Elaine Nick'e "Sen insanlara karışıp istediğin gibi, konuşabilirsin, ben başımın çaresine bakabilirim." dedi. Elaine, bazılarının üniversitedeki son skandal, bazılarının da kimya üzerine sohbet ettikleri verandaya doğru yürüdü. Yıllardır tanıdığı birkaç kadını gördü ve onlarla bir süre sohbet etti.

Sonra onlardan uzaklaştı ve orada bir süre sessizce durdu. Ne yapacağına karar vermeye çalışırken, yanında birisinin kendisine çok yakın durduğunu fark etti. Döndüğünde Nick'i gördü. Nick kendisine "Nasılsın?" diye sordu. "İyiyim. Bir süre Mary ve Anne'le çocukların yaz kampı hakkında konuştuk ve ardından sanırım biraz hava ve belki biraz daha şarap almak istedim. Ya sen?" "Bob ile destek hakkında ve Dale ile de yazmakta olduğu kitap hakkında konuştuk ve ben de biraz hava almam gerektiğini düşündüm. Parti güzel fakat (sesini alçaltarak) hep aynı." Nick kollarını Elaine'ın beline doladı ve sıktı. "Bir baş ağrısı geliştirmeye ne dersin?" "Ne?" dedi Elaine. Ve hemen anladı! "Doğrusunu istersen başım çok fena zonkluyor." dedi. Nick ona doğru eğilerek kulağına. "Sen harikasın! Bob'a üzgün olduğumu söyleyeceğim sen kendini iyi hissetmiyorsun." diye fısıldadı.

Evlerine dönmek için yola çıkmadan önce Nick ev sahiplerinden kısa bir özür diledi. Sonra aniden dışarıdaydılar ve ılık bir yaz akşamında, el ele tutuşmuş ve görülmeden arabalarına varana kadar gülmemeye çalışarak, arabalarına doğru yürümeye başladılar. Fakat arabaya vardıktan ve kapıları kapattıktan sonra kahkahalarla gülmeye başladılar. Çok uzun zamandır ilk kez böyle gülüyorlardı. Ne kadar uzun zamandır sıkıcı bir partiyi terk etmek gibi, içtepisel bir davranışta bulunduklarını anımsamıyorlardı. Ansızın, çok aç olduklarının farkına vardılar, evlerinin yolu üzerinde ufak bir lokantanın önünde durarak birer sandviç aldılar. Karşılıklı olarak masaya oturduklarında Nick, yemek listesine bakan Elaine'e baktı ve ağzından kaçırarak, "Ne kadar güzel olduğunu sen de biliyorsun." dedi. Elaine mutluluktan kıpkırmızı oldu ve doğrudan gözlerinin içine bakarak gülümsedi. "Seni seviyorum." dedi. Böylece, ilişkilerine belki de yeni bir başlangıç geliyordu.

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Nick'in babasıyla yaşadığı çocukluk deneyimleri, onun eş seçimini nasıl etkiledi?
- Parti gecesi Elaine ile Nick arasında geçen olumsuz bir sözsüz iletişim ve olumlu bir sözsüz iletişimi düşünün.
- Elaine, Nick'in evde daha fazla zaman geçirmesini arzu ettiğini nasıl söyleyebilirdi? Eğer ona söylemiş olsaydı, Nick buna nasıl tepki verirdi?
- Eğer Nick Elaine'e, onunla ne kadar gurur duyduğunu, söylemiş olsaydı ne olurdu?
- Günlük temelde ilişkilerini beslemek için Elaine ve Nick ne yapabilirlerdi?

İletişim ve İlişkiyi Sürdürme Hakkında Ne Biliyoruz?

Elaine ve Nick olağandışı değildirler. Onların öyküleri, birlikte parlak bir gelecek beklentisiyle başlayan ve yıllar geçtikçe açığa vurulan ve vurulmayan düş kırıklıkları ve suçlamalara dönüşen, ilişkilerde her gün anlatılmakta ve yeniden anlatılmaktadır. Bir zamanlar yalnızca birlikte olmanın, sonuna kadar mutlu yaşama güvencesi olacağını düşünen birçok partnerin konuşmalarını "Bunu niçin yaptın." ve "Neden yapmadın?" soruları doldurur. Nick ile Elaine'nin öykülerinde farklı olan şey, mutlu bir sonun olmasıdır -hiç değilse söz konusu akşam için.

Bu bölüm, hem sözel hem de sözsüz iletişime olduğu kadar, ilişkileri sürdüren ve böyle mutlu sonların olmasına izin veren davranışlara da bakmaktadır. Önce ilişkiyi sürdürmeye ilişkin genel görüşler üzerinde durulacak ve böylece en önemli ilişki başlatma ve sürdürme bileşenlerinden biri olan bir iletişim tartışması için altyapı hazırlanmış olacaktır.

İlişkiyi Sürdürme Tanımları

İnsanoğlu için bir diğeri ile bağlantılı olmak yeterli değildir; ayrıca bu bağlantıyı sürdürmek de zorundadır. Bir ilişkiyi sürdürmek ne anlama gelmektedir? Sürdürme, eşlerin belirli etkinlikleri yerine getirdikleri bir ilişki süreci midir, yoksa ilişkinin kendisinin süre giden doğası mıdır?

Bu son iki sorunun ikisinin de yanıtı, evet gibi görünmektedir çünkü ilişkinin sürdürülmesi birçok farklı şeyden oluşur. Dindia (2000) **ilişkiyi sürdürme**nin birçok tanımını ayrıntılı olarak vermiştir. İlk olarak ilişkiyi sürdürme ya da yalnızca sürdürme yalın bir biçimde devam etmekte olan bir ilişkiye gönderme yapmaktadır. Yalnızca varlığı onu tanımlamaktadır. İkinci olarak, sürdürme yalnızca devam etmekte olan değil, ayrıca kararlı da olan bir ilişkiye gönderme yapabilir. Üçüncü olarak süreklilik, kararlılık ve doyuma gönderme yapabilir. Dördüncü olarak sürdürme, yukarıdaki koşulların tümünün karşılanmasını ve bunlara ek olarak da "iyi işler durumda olma" niteliğini de içerebilir (s. 288). Böylece, ilk düzeyde sürdürme yalnızca ilişkinin varlığına göndermede bulunabilirken; dördüncü düzeyde bir ilişkiyi yenileme ve onarma için etkin bir biçimde üstlenilen davranışlara gönderme yapmaktadır.

Bir ilişkinin sağlıklı ve doyumlu koşullarda sürdürülmesi, değişik bir dizi güç sürekli olarak ilişkileri etkilediği için sürekli ilişkisel çabayı gerektirmektedir. Paylaşılan umutlar ve amaçlar gibi, güçlerden bazıları eşleri birbirlerine çekerken meslek istemleriyle karşılaşma gibi, bazı diğer güçler de eşleri birbirlerinden uzaklaştırır. Duck (1994) "ilişkinin sürdürülmesinde paylaşılan bir anlam sistemi" olarak söz etmekte (s. 45), dolayısıyla iletişimin önemini vurgulamaktadır. Ayrıca, yine bu yolla ilişkiyi sürdürmenin merkezî bir yönü olarak kişinin dünyasından anlam çıkarma ve anlam yaratma yönündeki insan eğiliminin altını çizmektedir. İzleyen alt bölüm, belirli bir ayrıntıda tartışılan bir dizi süreç ve davranışı içermektedir.

İlişkileri Sürdürme Stratejileri

Belki de ilişkilerdeki kişi sayısı kadar ilişki sürdürme stratejisi vardır fakat bu stratejilerin örgütlü bir dizgesi ya da türlendirmesi, Stafford ve Canary (1991) tarafından geliştirilmiştir. Bu yazarlar ilişki sürdürme yollarının bir ilişkinin; çıkma, ciddi çıkma, nişanlı ya da evli olmayı içerip içermediğine göre nasıl değişebileceği üzerinde durmuşlar ve bilgi toplamada değişik yöntemlerden yararlanmışlardır. Stafford ve Canary (1991), bu bilgiler temelinde ilişki sürdürme araştırmalarında yaygın olarak

kullanılan beş sürdürme stratejisi geliştirmişlerdir: *güvencesel* (bağlılık, sadakat ve aşkın söze dökülmesi); *iletişimsel* (toplumsal ağlara girme); *açıklık* (açılma ve başka türlü iletişim); *olumluluk* (iyimser ve neşeli olma) ve *görevsel* (günlük ev işleri paylaşımı). Canary, Stafford ve Semic (2002), ilişkilerin sağlığı açısından bu sürdürme stratejilerinin sürekli kullanımının önemini doğrulamışlardır. Örneğin, "partneri üzerinde olumlu bir etki bırakmak isteyen biri, bir ay önce yaptığı bir ev işine güvenemez." (s. 403).

Stafford ve Canary'nin (1991) sürdürme stratejileri temelinde, açık bir iletişim ve aşkın açığa vurulması gibi, daha duygusal stratejiler daha güçlü sürdürme stratejileri gibi görünmektedir. Ancak Dainton ve Stafford (1993), görevlerin (çok günlük türden bir davranış) katılımcılar tarafından en sık sözü edilen sürdürme davranışı olduğunu gösterdiler. Duck'un (1994) da işaret ettiği gibi, "İlişkiyi sürdürme bir değil, iki ögeyi içermektedir: Birincisi, ilişkinin sürekliliği için stratejik planlamadır ve ikincisi de ilişkiyi o ilişki yapan günlük etkileşim ve konuşmalarla ilişkinin canlı bir biçimde sürmesine izin vermedir (s. 46). Bir koca tarafından karısına doğum günü nedeniyle verilen bir düzine gül, ilişki sürdürmede etkileyici bir güven davranışı olabilir fakat her akşam aile yemeğinden sonra sofranın birlikte toplanması büyük bir olasılıkla, belki daha az etkileyici ama çok daha güçlü bir görevsel sürdürme davranışı olabilir. İlişkiler öyküsünde Elaine ve Nick, parti sırasında ve sonrasında, oldukça belirgin güvencesel ve açıklıkla ilgili davranışlarda bulundular çünkü alışılagelmiş fakat görev paylaşımı gibi, belki daha da önemli davranışlardan bazılarını uzunca bir zamandır bırakmışlardı.

İlişkinin sürdürülmesi farklı türlerden çiftlerde biraz farklı işleyebilir. Örneğin, Weigel ve Ballard-Reisch (1999), Fitzpatrick'in (1987) "çift türlendirmesi"ni kullanarak *geleneksel* (geleneksel toplumsal cinsiyet rolleri, paylaşma, birbirine bağımlılık) ve *bağımsız* (daha eşitlikçi toplumsal cinsiyet rolleri, ilişkinin esnekliği) olarak sınıflandırılan çiftlerin, *ayrı* (bireysel bağımsızlığa önem veren, paylaşıma daha az meyilli) olarak sınıflandırılan çiftlerden daha fazla ve değişik sürdürme davranışı kullandıklarını gözlemişlerdir. Ayrıca belirli sürdürme davranışlarının kullanımı, farklı türden çiftler için partnerlerin ilişkilerinin kalitesine ilişkin algılarıyla farklı bir biçimde ilişkiliydi. Diğer bir deyişle, farklı ilişki sürdürme stratejileri farklı çift türlerinde daha iyi işliyordu. Her ilişki ya da paylaşılan anlam dizgesi farklıdır, benzersizdir.

Ayrıca, her partnerin bireysel kişilik özellikleri de ilişki sürdürmede etkilidir. Bradbury ve Fincham (1988), eşlerin kişilik özellikleri gibi, daha kararlı durumlar kadar doğrudan ilişkisel deneyimlerin de bir ilişkiyi etkileyebileceğini gözlemiştir. Cana yakınlık gibi, kişilik özellikleri olumlu ilişki işleyişi ile bağıntılandırılırken (Karney ve Bradbury, 1995), nörotiklik gibi, kişilik özellikleri olumsuz ilişki işleyişi ile bağıntılandırılmaktadır (Sanderson ve Kurdek, 1993). Böylece bir ilişkiyi sürdürme, kişilik özellikleri ve daha önceki yaşam deneyimleri gibi, partnerlerin ilişkiye getirdikleri kadar iletişim gibi, şimdiki ve doğrudan partner davranışları tarafından da etkilenir.

Umursama ilişkiyi sürdürme konusuna diğer bir yaklaşımdır. "İlişkinin umursanması" süreci, en iyi ve tam olarak Harvey ve Omarzu (1997) tarafından açıklanmıştır. Bu yazarlar, *umursamayı* "karşılıklı bir açılma paketi, ilişkiyi kolaylaştırmayı hedefleyen başka amaç yönelimli davranış biçimleri ve kişinin ve ortağının ilişkideki güdü, niyet ve çabalarına ilişkin yüklemeleri" olarak tanımlamışlardır (s. 224). Açılma ve ilişkili iletişim biçimleri bu kavramın özünü oluşturur ancak Harvey ve Omarzu'ya göre umursama açılma/iletişimden çok daha fazla bir şeydir. Umursama, yüksek düzeyde sevgi ve şefkati, partnere yakın durmayı, ona duygusal bağlanmayı yenilemeyi ve genel olarak onunla ilgilenmeyi içerir. Umursama, ayrıca her iki partnerin de birbirlerine bağlanmasını gerektiren bir ilişki davranışıdır. Örneğin güven, umursamayla aynı şey değildir fakat ilişkide umursama süreci yoluyla yapılanır. Umursama, eyleme geçmiş aşk olabilir. Elaine ve Nick ilişkilerini umursamamışlardı ve bu da sonunda kendini gösterdi! Umursama, bir ilişkinin ve onunla ilgili her şeyin bir olaydan çok bir süreç olduğunu en iyi gösteren yapılardan biri olabilir. Başarılı bir ilişki, birçok davranış ve etkileşim aracılığıyla zamanla gelişir.

Ayrıca, Acitelli (1993) tarafından "bir kişinin ilişki içerisinde kendisiyle ortağı arasındaki etkileşim örüntüleri, kendisiyle partneri arasında karşılaştırma ya da zıtlıklar hakkındaki düşüncesi" (s. 151) olarak tanımlanan *ilişki farkındalığı* süreci de umursa kavramı ile ilişkilidir. Bu kavram hem ilişkinin kendisi hakkında çok fazla düşünmeyi hem de "ben" ve "sen" gibi, bireysel kavramlardan çok "biz" ve "bizi" gibi, ilişki deyimleriyle düşünme eğilimini içerir.

İletişim

Hem sözlü hem de sözsüz *iletişim*, romantik ilişkileri de içeren yakın, kişisel ilişkilerin temelini oluşturur. Böylece iletişimle ilgili kuram ve araştırmaların, yakın ilişkilerin çalışılması için atılan temelin büyük bölümünden sorumlu olduğu sonucu çıkmaktadır (ör., Andersen ve Guerrero, 1998). İlişkisel iletişimle ilgili araştırmaların burada ayrıntılandırılamayacak kadar çok olması nedeniyle, burada yalnızca iletişim ve ilişkilerle ilgili bulgular sunulacaktır.

Burleson, Metts ve Kirch (2000), çok geniş bir biçimde incelendiğinde kişilerarası iletişimin, **stratejik/işlevsel** ve **sonuçsal/kültürel** yaklaşımlara ayrılmasını önermektedirler. Stratejik yaklaşım, iletişimin amaca yönelik ve bir dereceye kadar niyetli olduğunu varsaymaktadır. Bu yaklaşım; *amaçlar, niyetler, stratejiler, taktikler* ve *planlar* gibi sözcüklerle nitelendirilir. Elaine ve Nick, evlilikleri için bir amaç ya da niyet olarak iyi bir iletişime sahip olabilirler fakat bu amaca ulaşmak için çok az gerçek stratejileri vardı. Sonuçsal yaklaşım, iletişimin amaçlı ya da farkında olmaksızın içinde bir ilişkinin gelişebileceği ya da bozulabileceği bir bağlam yarattığını vurgulamaktadır. Sonuçsal yaklaşımı nitelendiren sözcükler, kodlar, roller, alışkanlıklar ve kurallardır. Nick ve Elaine'in niyetli olmayan alışkanlıkları ve rolleri, iletişimleriyle ilgili olduğu kadarıyla onlar için giderek ya olumsuzla-

şıyor ya da kopuklaşıyordu. Bağlam ya da havaları ilişkilerinin bozulmasına izin veriyordu.

Stratejik/işlevsel ve sonuçsal/kültürel yaklaşımlar değişik bileşenlerden oluşmaktadır. Örneğin; stratejik bakış açısı, araçsal, ilişkiyi sürdürme ve etkileşim yönetimi görevlerini içeren ve iletişimle başarılan ilişki görevlerini vurgulamaktadır (Burleson ve ark., 2000). *Araçsal görevler* etkileşimler üzerinde odaklanır ve bilgi isteme ya da önerme ve toplumsal destek sağlama gibi şeyleri içerir. İlişki sürdürme görevleri, ilişki için kuralların tanımlanmasını ve çatışma çözümünü içermektedir. Son olarak *etkileşim yönetimi*, ilişki partnerleri arasında yeterli konuşmanın geliştirilmesinde rolü olan "nasıl...." görevlerine yöneliktir.

Bu iletişim becerilerinin tümü; güdü, beceri ve hem sözlü hem de sözsüz eylemleri gerektirir. Güdü; beceri ve eylemin, örneğin doyum gibi, daha büyük ilişki olumluluklarıyla ilişkili gibi görünmesine karşın sonuçlar yalın değildir. Burleson ve Denton (1997), mutlu evliliklerde kadınların iletişim becerileri ile kocalarının evlilik doyumları arasında olumlu bir ilişki bulurken, mutsuz evliliklerde kadınların becerilerinden bazılarıyla kocalarının doyumu arasında olumsuz bir ilişki bulmuşlardır. İletişimin, bu iki tarafı da keskin kılıç benzeri özelliğini, eşlerden birinin sözcüklerle arasının özellikle iyi olduğu bir çifte danışmanlık eden her terapist bilir. Örneğin avukatlar sözcüklerle savaşma, sözcükleri silah olarak kullanma konusunda eğitilmişlerdir. Avukatlar ilişkilerinde ya güzel konuşarak, becerilerini partnerleriyle (ilişki) açıkça ve sevgiyle iletişim kurmada kullanarak ince ve nazik olabilirler ya da kendileri savcı rolü oynarken partnerlerini yargıcın önüne tanık sandalyesine ya da terapist karşısına oturtarak tartışmacı olabilirler.

Sonuçsal/kültürel yaklaşım iletişimin özde bir ilişkiyi tanımladığını kabul etmektedir (Wood, 2000). Belirli bir türden tüm ilişkiler -örneğin, nişanlı çiftler belirli özellikleri paylaşır ancak yine de her bireysel ilişkinin ayrıca kendi bireysel çeşni ve biçemi vardır. Partnerler nasıl aşık oldukları konusunda ilişki öyküleri geliştirirler; cinsel ilişki gibi etkinlikler için özel ve anlamlarını yalnızca kendilerinin bildikleri sözcüklerle kendi ilişki dillerini paylaşırlar; birlikte sabah kahveleri gibi, etkileşim alışkanlıklarının tadını çıkarırlar ve her evlilik yıldönümünü belirli bir lokantada akşam yemeği yiyerek geçirme gibi alışkanlıklar geliştirirler. Partnerler ayrıca bir bireyin duygularını ve biçemini de içeren belirli özellikleri paylaşarak, nesnelere oldukları biçimleriyle gönderme yapan *ilişki kuralları* geliştirirler (Burleson ve ark., 2000). Örneğin; bir çift, sorunlarını çözmek için doğrudan iletişim kurma kuralını koyarken, çiftin norm ya da her zamanki davranış biçimi çatışmadan kaçınmak için dolaylı iletişim kurma yönünde olabilir.

İletişime ister stratejik/işlevsel, isterse de sonuçsal/kültürel mercekten bakılsın, *iletişim*, yakın ilişkiler için bir anlam sistemi sağlar. Daha önceki bölümlerde ayrıntılı olarak tartışıldığı gibi iletişim, insanların arkadaşlığı tanımlamalarında temel bir özelliktir (Cole ve Bradac, 1996) ve arkadaşlığın gerçekten yakın bir arkadaşlık olup olmadığını belirleyen etmenlerden biridir (Parks ve Floyd, 1996). Ayrıca ilişki partnerlerinin (Pasch ve ark., 1997) ve diğerlerinin (Wortman ve Dunkel-Schetter, 1987) toplumsal desteği nasıl sağladıklarında saklıdır. İletişimin merkezî yönlerinden biri açılmadır.

Açılma

Açılma, genel iletişimsel anlam dizgesinin (sisteminin) yalnızca bir yönüdür fakat çok önemli bir yönüdür. Genel olarak *açılma,* kişinin bir başkasına kendisinden -duygularından, tutumlarından, deneyimlerinden ve benzerlerinden- söz etmesidir. Fakat yakın bir ilişki bağlamında (ve bu bölümde) açılma, bir başkasıyla kendimiz hakkında paylaştığımız riskli olanları da içerebilen bilgilerle ilgilidir. Kendimiz hakkında *konuşmak* yalın bir biçimde gerçekleri -yaş, cinsiyet, doğum yeri ve benzerleri- anlatmak anlamına gelmektedir. Kendimiz hakkında *açılma,* toplumsal maskemizi atma, sözcüklerle ilgili özeni bir tarafa bırakma ve en derinlerde sakladığımız düşünce ve duygulardan bazılarını bir başka kişiyle paylaşma anlamına gelir. *Anlatma,* yalnızca iki kişinin sözlük anlamıyla aynı dili konuşmasını gerektirirken açılma, iki kişinin mecazi anlamda aynı dili konuşmasını gerektirir. Açılmanın amaçlarından biri, diğer kişiye gerçekten kim olduğumuzu anlatma olabilir; biri diğeri kişinin açılmasını ve böylece ilişkiyi derinleştirmek olabilir ve biri de bizim için taşınması zor olan bir sırrın yükünden kurtulma olabilir. Açılma için nedenlerimiz ne olursa olsun, bu davranış çok ama çok güçlü olabilir.

Açılmayı ilk araştıran toplumsal bilimcilerden biri olan Sidney Jourard (1964), en derinlerdeki düşünce ve duygularımızı tutum ve saklamanın içimizde ve başkalarıyla aramızda büyük kopukluklara neden olduğuna inanmaktadır. O, açılmanın kısıtlanmasının bireyler ve ilişkiler için ciddi olumsuz duygusal ve fiziksel sonuçlarının olabileceğini ve açılmanın sağlıklı olduğunu düşünüyordu. İyi olma hâli ile ilgili alt bölümde tartışacağımız gibi, birçok bakımdan haklı olduğu ortaya çıkmıştır.

Kuramsal Yaklaşımlar

Açılma ile ilgili önemli kuramsal yaklaşımlardan biri, Altman ve Taylor (1973) tarafından geliştirilmiştir. Toplumsal giriş kuramı (2. Bölüm'de tartışılmıştır), sözlü ve sözsüz iletişim kadar kişilerarası algı ve çevrenin bazı yönlerini de içeren kapsamlı bir ilişki gelişimi kuramdır. Kuram, bir ilişkiye, giderek ilerleyen bir girişi, açılma ve benzerlerinin genel genişliği ile başlayan ve ilişki ilerledikçe daha büyük derinliklere doğru yol alan bir süreç olarak görür. Bu tek bir yönde ilerleme düşüncesi açılma ve diğer ilişki özelliklerinin döngüler içinde nasıl ortaya çıktığına daha fazla dikkat çekmek için yeniden gözden geçirilmiştir (ör., Altman, Vinsel ve Brown, 1981). Açılma, doğasında **iki yönlüdür.** Diğer bir deyişle, önce açıklığa doğru ve kapalılıktan/özel yaşamdan uzaklaşma yönünde, sonra da özel yaşama doğru ve açıklıktan/kaynaşmadan uzaklaşma yönünde bir çekimin izlediği bir süreçtir. Açılmanın bu iki yönlü doğası açılmaya bakmada kullanılabilecek yararlı bir gözlük sağlamaktadır (ör., Altman ve ark., 1981). Bugün açılmanın farklı durumlarda farklı işlevlerinin hem ilişkiler içinde hem de ilişkiler arasında ve zaman içinde gitgellerinin olduğuna inanılmaktadır. İlişki Öyküsü'nde Elaine ve Nick öyle görülüyor ki, ilişkilerinin başlarında birbirlerine oldukça çok açılmışlardır fa-

kat sonraları farklı yönlere gitmişler ve ne hissettikleri konusunda açılmayı büyük ölçüde bırakmışlardır.

Dindia (1997) açılmanın *"bireyler ve ilişkiler değiştikçe değişen, ilişki ve yaşam boyu bir süreç"* (s. 411; özgün metinde italik olarak yer almaktadır) olduğuna işaret etmektedir. Dindia, açılmanın genelde bir bireyin kişilik özelliği ya da ilişki partnerlerince etkinleştirilen bir davranış olarak ele alındığını kabul etmekle birlikte, açılmanın etkileşimsel bir süreç olarak düşünülmesini önermektedir. Bu, açılma sürecinin, açılan bir kişiyle açılınan bir kişiyi ve bunlar arasında etkileşimi gerektirdiği anlamına gelir. Ve her etkileşim hem etkileşen kişileri hem de bu kişilerarasındaki ilişkileri az ya da çok değiştirir. Açılma ve ilişkilerin "karşılıklı olarak dönüştürücü ya da değiştirici" olduğu görüşü ayrıca, Derlega ve arkadaşlarınca (1993) de desteklenmektedir.

Bu bakış açısı ilişkilerin, katı bir biçimde durumsal ya da başka bir anlatımla "anlık" doğasına karşı, gelişimsel doğasını vurgulamaktadır. Gelişimsel bakış açısı bir ilişkinin zaman içinde sürekli bir video filmi gibi iken, açılmaya ilişkin anlık ya da eylem bakış açısı (Dindia, 1997) bir tek tek resimler dizisi gibidir. Toplumsal bilimlerde günümüzde kullanılan araştırma yöntemlerinin büyük çoğunluğu, bir ilişkiyi zaman içerisinde yalnızca bir noktada yakalayabilmektedir. Böyle bile olsa, ilişki sürecinin en son görünümü yöntem tarafından kısıtlanmamalıdır, çünkü ilişkiler dinamik, evrim geçiren olgulardır ve her zaman süreç hâlindedirler (Duck ve Sants, 1983).

Açılma bir kişinin kendisi hakkında -"düşünüyorum ki...", "hissediyorum ki...," "deneyimlerime göre..."- dış dünya ya da ilişkinin kendisiyle ilişkili olarak verdiği bilgilerden oluşabilir. Partner ya da ilişkiyle ilgili açılmalar anında olmalıdır. Böylesi ilişkisel açılmalar, partnere bilgi sağlar ve ayrıca ilişkinin yakınlığı için de bir mecazdır. Böylece yüzeysel açılma (SD), "biz yabancıyız" ilişkisel mesajını iletir; yakın açılma (SD) ise "biz arkadaşız" ilişkisel mesajını iletir (Dindia, 1997, s. 417).

Açılma Üzerine Araştırmalar

Açılma konusunda yapılan araştırmalar; (1) açılmada bireysel farklılıkları, (2) yakın ilişkilerde açılmayı ve (3) hastalık/sağlıkta açılmayı içeren üç temel alan çevresinde dönmektedir (Berg ve Derlega, 1987).

Kadınlar ve erkekler açılma konusunda farklılıklarıyla ünlüdürler; kadınlar erkeklerden daha fazla açılmaktadır ve gerçekten kadınlar, kadın arkadaşlarına erkeklerin erkek arkadaşlarına olduğundan daha yakın açılmaktadır (Derlega ve ark., 1993). Fakat Dindia ve Allen (1992), açılma ve toplumsal cinsiyete ilişkin yaptıkları büyük çözümlemelerinde, açılmada yalnızca alçakgönüllü cinsiyet farklılıkları bulmuşlardır.

Burleson ve arkadaşlarının (Burleson, Kunkel, Samter ve Werking, 1996), sonuçları da bu bulgularla tutarlıdır. Bu yazarlar hem arkadaşlıklarda hem de ilişkilerde duygusal coşku temelli iletişim becerilerine karşı araçsal, görev yönelimli iletişim becerilerinin görece önemlerini değerlendirdiler. Kadınlar duygusal becerileri

erkeklerden az daha yüksek ve erkekler de araçsal becerileri kadınlardan az daha yüksek değerlendiriyorlardı. Böylece cinsiyetler arasında görece küçük bir fark vardı. Buna karşın genel olarak hem kadınlar hem de erkekler duygusal yönelimli becerileri araçsal becerilerden daha önemli buluyorlardı (s. 201). Böylece, bir konuşmanın havası ya da gidişi bazen özgül bir sorunun çözülüp çözülememesinden daha önemli olmaktadır.

Açılmanın karşılıklılığı hem yakınlık düzeyi ve hem olumluluk/olumsuzluk düzeyi açısından partnerler arasında eşleşme, yani açılmada alınan ve verilenle ilgilidir. Erber ve Erber (2001), çekimin açılmada eşleşmeden önce değil, *sonra* geldiğini belirtmekle birlikte, karşılıklılık önemlidir çünkü taraflar arasındaki çekimle ilişkilidir. Karşılıklılık, tanışıklıklarda, açılmanın daha değişken ve esnek olduğu arkadaşlık ve uzun süreli romantik ilişkilerde olduğundan daha önemli görünmektedir (Derlega ve ark., 1993; Morton, 1978).

Uzun süreli partnerler örneğin; eşler arasında açılma, algılanan bir karşılıklılık gereksiniminden çok daha fazlası tarafından güdülenir. Açılma bir ilişkinin ömrü boyunca azalabilir (ör., S. S. Hendrick, 1981). Fakat bu düşme hızı tıpkı cinsel ilişki sıklığında olduğu gibi, çiftin ilk yıllarından sonra azalabilir (önce hızlı sonra yavaş). Büyük bir olasılıkla bu, ilişkilerinin ilk dönemlerinde daha sonraki dönemlerinde olduğundan çok daha fazla iletişimde olan Nick ve Elaine'e olanların bir parçasıydı. Açılma ilişkilerde, ilişkiden alınan doyuma (Meeks ve Hendrick ve Hendrick, 1998) ve ilişkinin sürmesine (Sprecher, 1987) katkıda bulunan genelde olumlu bir etmendir.

Prager'in (2000) ilişkisel yakınlık modeli (4. Bölüm'de tartışılmıştır), üç merkezi bileşenden biri olarak açılmayı içermektedir. Diğer iki bileşen, olumlu duygu ya da heyecan ve partner tarafından dinlenme/anlaşılmadır. Bu görüşe göre açılma, yakınlığın gözden çıkarılamaz bir yönüdür fakat *tümü* değildir. Yakınlıkta, açılmanın rolüne ilişkin şimdiki anlayışı derinleştiren bir çalışmada Prager ve Buhrmester (1998), gereksinim doyurmada (ya da kabul edilme, geçerleme ve ait olma gibi, alanlarda bireysel gereksinimlerin karşılanması) açılma, olumlu duygu ve partner tarafından dinlenme/anlaşılmanın rolünü araştırdılar. İlginç birçok bulgu ortaya çıktı. İlk olarak araştırmacılar, genel olarak hem erkekler hem de kadınlar için açılmanın yakınlık bileşenleri, olumlu duygu ve dinlenme/anlaşılmanın gerçekten gereksinimlerin karşılanmasına katkıda bulunduğunu ortaya koydular. Fakat ayrıca, "yakınlığın gereksinimlerin karşılanmasına katkısının bileşenlerinin toplam katkısından daha büyük" olduğunu da ortaya koydular (s. 455). Diğer bir deyişle bu üç yakınlık bileşeni, birlikte var olduğunda gereksinimler daha fazla doyuruluyordu. Ancak olumlu duygu gibi, diğer bileşenler yokken bile açılma, ilişkisel bir olumluydu. Açılma, olumsuz etkileşimleri uzlaştırır ya da gerçekte yumuşatır görünmektedir; böylece olumsuz etkileşimleri olan çiftler daha az değil de, daha çok açılırlarsa ilişkileri açısından daha iyi olacaktır. Yazarlar ayrıca, partnerler arasındaki iletişim sıklığının, iletişimin yakınlığından daha az önemli olabileceğini de göstermişlerdir.

Ancak burada açılma için bireysel tercihlerin olduğunu ve bu tercihlerin ilişkilerde açık hâle geldiğini anımsamak önemlidir. Örneğin Fitzpatrick (1987), farklı çift türlerinin farklı açılma biçemlerini tercih edebileceklerine işaret etmektedir. Fitzpatrick, sürdürme stratejileri ile bağlantılı olarak bu bölümün başlarında sözü edilen üç çift türü belirlemiştir. *Gelenekseller* öncelikle olumlu şeyler üzerinde daha fazla açılmak eğilimindedir; *bağımsızlar* hem olumlu hem de olumsuz anlamda açılmaya daha fazla istekli olmakta ve *ayrılarsa* herhangi bir konuda çok az açılma eğilimindedir. Daha önce de belirtildiği gibi, bu çift türleri ayrıca, açılma yanında diğer ilişkisel boyutlarda farklılıklar göstermektedir.

Açılma, ek olarak gerçek fiziksel iyilikle de bağlantılandırılmıştır. Jourard (1964), açılmamanın gerçek fiziksel hastalık kadar başkalarından uzaklaşmaya da yol açtığına inanmaktadır. Jourard'a göre sırlar sessizliğin, suskunluğun karanlığında "büyümek" ve iyi sağlık için giderek artan engeller oluşturmak eğilimindedir. Araştırmalar Jourard'ın haklı olduğunu göstermektedir. Açılma ile travmatik ya da stresli yaşam olayları arasındaki ilişkileri araştıran Pennebaker (1990) "düşüncelerin, duyguların ve davranışların çok fazla içeride tutulmasının insanları hem ciddi hem de küçük hastalıklar için yüksek düzeyde riske soktuğunu" ortaya koymuştur (s. 14). İşbirliğine dayalı kapsamlı bir araştırma programında Pennebaker, travmatik yaşam olaylarının açılması -ister bir gazetede yazarak, ister bir arkadaş ya da romantik partnerle ya da dinsel bir itiraf yoluyla olsun- bağışıklık sisteminin işlevselliğinde bir artışa ve sağlık merkezlerini ziyarette bir azalmaya katkıda bulunduğunu ortaya koymuştur. Dolayısıyla seçici açılma, sağlığı olumlu olarak etkileyebilir.

Ancak, Pennebaker (1990) ayırım gözetmeksizin açılma taraftarı değildir. Tersine travmanın açılması, açılan kişi hakkında bazı olumsuzluk ya da utanç verici durumların (ör., kişinin ensest bir ilişki kurbanı olması ya da HIV testinin pozitif çıkması gibi,) ortaya çıkmasına neden olabileceği için, açılırken dikkatli ve akılcı olunması gereğine işaret etmektedir (ayrıca bk., Dindia, 1997). Bazı açılmalar, açılan kişi ile dinleyen arasındaki ilişkinin doğasını değiştirebilir, hatta açılan kişinin hiç aklından çıkmayabilir. Dolayısıyla, açılan ya da dinleyen için etkilerinin olabildiğince olumlu olması ve olumsuz olmaması için açılırken dikkatli olunmalıdır.

Açılmanın tehlikeleri konusundaki farkındalık, açılma sürecinin iki kişi arasında konuşmaya dayalı doğasının ele alınması gereğine işaret etmektedir.

Açılmanın İkili Yönleri

Daha önce de gözlendiği gibi, açılmanın gelişiminde evresel bir yön vardır. İlişki partnerleri özerklikten yakınlığa doğru ve sonra yakınlıktan özerkliğe doğru ilerlerken açılmaları da aynı yolu izler. Baxter ve Montgomery (1996) açılmanın yararları ve başkalarına açık olmanın önemi ile ilgili olarak birçok araştırma bulgusunu ayrıntılı olarak tartışmış ayrıca, daha az açılmanın ya da hiç açılmamanın değerine de işaret etmiştir. Örneğin, (1) derin açılmaya karşı yüzeysel açılma günlük etkileşimin özüdür; (2) yüzeysel açılma bir tanıdıklar ağının sürdürülmesine yardım eder; (3) açılmadan kaçınma bir çeşit dikkatli davranma biçimi olabilir ve (4) açılmadan kaçınma ilişkilerde gereksinim duyulan kişisel gizliliğe olanak tanır. Bu yazarlar, her iki bakış açısının da farklı ilişkileri ve hatta zaman içinde aynı ilişkiyi niteleyediklerine

işaret ederek hem açılma hem de özel yaşam taraftarlarının görüşlerinin geçerlikleri üzerinde durmaktadırlar. Açılmanın ileri ve geri, açık ve kapalı evresel doğası günlük yakın ilişkilerde gözlenebilir.

Bazı araştırmalar (Finkenauer ve Hazam, 2000), açılma ve açılmamanın, her ikisinin de ilişki doyumu açısından önemli olduğuna ve her birinin farklı koşullar altında önemli olduğuna işaret etmektedir. Genel bir kişisel açılma eğilimiyle (eğilimsel açılma) evli kişilerde ilişkiden alınan doyum arasında bir ilişki yoktu. Ancak düşünce ve duyguların partnere özgül bir bağlamda daha özgül olarak açılmasıyla doyum arasında olumlu bir ilişki vardı. İlişki Öyküsü'nde ne Elaine ne de Nick, açılma eğilimi yüksek kişiler olarak görünmektedir fakat Nick, Elaine'e çok güzel olduğunu söylediğinde, Elaine de yanıt olarak onu sevdiğini söylediğinde, bu bağlamsal açılmalar zamanında anlamlıydı. Ayrıca açılmama da yararlı olabilmektedir. Finkenauer ve Hazam (2000), insanların seçime bağlı olarak açılmamaları ya da ilişkide sorunlu konularda açılmadan kaçınmalarıyla doyum arasında olumlu bir ilişki bulmuşlardır. Ancak, partnerin gerçekten sır sakladığı ya da sırlarının olduğu inancı ile açılma arasında anlamlı ve olumsuz bir ilişki vardı.

Daha önce de belirtildiği gibi, açılma iletişimin önemli bir parçasıdır fakat genelde iletişimin sözlü alanı içine düştüğü kabul edilir. Öte yandan iletişimin sözsüz alanı da önemlidir.

Sözsüz İletişim

İlişkilerde geçen iletişimin çok büyük bir bölümü sözlüdür. Buna karşın, partnerlerin yaptıkları ve birbirlerine söylemedikleri şeylerle geçirilen günlük yaşamı büyük ölçüde **sözsüz iletişim** doldurmaktadır. Keeley ve Hart (1994), sözsüz davranışları *kod* adı verilen kurallar, iletiler ve davranış takımları olarak örgütlemişlerdir. Bu kodlar da sırasında *etkin* (değişken) ve *durağan* (değişmeyen) sözsüz kodlara ayrılmıştır. Etkin kodlar, ikili etkileşimler sırasında değişebilmekte ve değişmektedir ve beden dilini (duruş, beden yönelimi, göz teması), dokunmayı ve ara bırakmayı ya da etkileşim uzaklığını (yakınlık olarak bilinen) içermektedir. Durağan sözsüz kodlar, fiziksel görünüm gibi şeyleri içermektedir. Her iki türden kodların da ilişkileri etkilemesine karşın, etkin kodlar özellikle güçlüdür. "Eğer sözlü ve sözsüz kanallar arasında bir farklılık varsa, daha çok sözsüz kanallara inanılır ve onlar üzerine odaklanır." (s. 141). Bir ilişkide sözsüz davranışlar hem olumluluğu hem de yakınlığı etkiler, ayrıca ne kadar olumluluğun ve ne kadar olumsuzluğun bulunduğunu belirler. Benzer biçimde, sözsüz davranışlar denetim (control) sorunlarıyla da bağlantılıdır (Montgomery, 1988).

Bir ilişkide, bir kişinin bedenini nasıl kullandığı, olumluluk ve yakınlık hakkında söylediklerinden daha bilgi verici olabilir. Eğer bir kadın sevecen bir biçimde kocasına dokunmak için uzandığında kocası geri çekilirse verilen ileti bin sözcüğe bedeldir. Nick arabada elini Elaine'inki üzerine koyduğunda Elaine'nin karşılık vermemesi, belirsiz bir iletiydi; o bu duygusal tavra ne karşılık verdi ve ne de geri çekildi. Daha sonra lokantada Nick, Elaine'e güzel olduğunu söylediğinde Elaine'in

yüzü kızardı ve gülümsedi. Bu sözsüz davranışlar bileşimi belirsiz değildi; hoşnutluğa işaret ediyordu.

Yüz ifadeleri de ayrıca oldukça bilgi aktarıcıdır. Ekman, Friesen ve Tomkins (1971) altı yüz ifadesinin temel *duyguları* yansıttığına ve diğer ifadelerin büyük bir çoğunluğu için temel işlevi gördüğüne işaret etmektedirler: şaşkınlık (sürpriz), mutluluk, üzüntü, korku, tiksinme ve kızgınlık.

Göz teması, güçlü diğer bir beden dili biçimidir. Göz dikerek bakma ve göz teması normları kültürden kültüre ve ilişki türleri arasında değişmektedir. Birçok kuramsal yaklaşım, yakınlık ve mesafe arasında göz temasının nasıl dengeleneceği konusundaki soruları yanıtlamaya çalışmaktadır. Örneğin Argyle ve Dean (1965), göz teması ile etkileşim mesafesi arasında rahat bir dengenin bulunduğu bir *yakınlık denge modeli* önermektedirler. Eğer bir partner, göz temasını arttırırsa diğer partner dengeyi korumak için, etkileşim uzaklığını arttırabilir (geri çekilerek). Diğer taraftan, eşlerden biri göz temasını arttırır da diğeri ilişkinin yakınlık düzeyini arttırmak isterse, etkileşim mesafesini koruyabilir ve hatta azaltabilir.

Sözsüz davranışları duyguları anlatmanın başlıca yollarından biri olduğu için olumlu olarak, ilişkisel yakınlık ve güvenin arttırılmasında ya da olumsuz olarak, denetimin ve baskınlığın pekiştirilmesinde kullanılabilirler (Keeley Hart, 1994). Ters bir biçimde, sevişme esnasında okşama gibi, en büyük sevgi, ilgi ve özen göstergesi olan davranışlar, ayrıca vurma ve diğer fiziksel kötüye kullanma biçimleri gibi, en büyük şiddet araçları da olabilir.

Sözsüz iletişimin olumsuz yönleri, çatışma, kötüye kullanma ve ayrılma bağlamında diğer bölümlerde yeniden tartışılacaktır. Bu noktada, "sözsüz davranışların nitelikli iletişimin bir göstergesi olduğunun anımsanması önemlidir. Araştırmalar insanların ilişkilerinin sağlığının bir göstergesi olarak, sözsüz davranışlara yakından dikkat etmektedirler." (Keeley ve Hart, 1994, s. 161).

İletişim, büyük (meta) bakış açıları (stratejik/işlevsel ve sonuçsal/kültürel), iletişimde açılmanın güçlü rolü ve sözsüz iletişimin önemi de içinde olmak üzere bir dizi yönden tartışılmıştır. Şimdi daha uygulamaya dönük olarak günlük temelde ilişkilerde iletişimin nasıl işlediğini ve ilişkiden alınan doyumla arasındaki ilişki tartışılacaktır.

Günden Güne iletişim (Günlük iletişim)

Duck'ın (1994) gönderme yaptığı *paylaşılan anlam sistemleri*, büyük ölçüde çiftlerin benzerliklerini ve farklılıklarını paylaşmaları yoluyla yaratılır (Monsour 1994). Araştırmalar benzerliklerin çekiciliği ve ilişkilerin diğer olumlu özelliklerini arttırdığı konusunda görece tutarlıdır ancak yine de hiçbir çift her bakımdan benzer değildir. Bu nedenle, partnerlerin farklılıklarla başa çıkma biçimleri çok önemlidir. İster doğal ister de yalnızca algılanmış olsun, partnerlerin benzerliklerinin farkında olmaları iletişimin gelişmesine ve başka ortak yön ya da benzerliklerin de olduğu varsayımlarına yol açar (Monsour, 1994). Ancak yine de kaçınılmaz olarak iletişim, benzerlikler kadar benzemezlikleri de ortaya çıkarmaktadır. Ve "kişinin ilişkisel

partneriyle arasındaki benzerlik ve farklılıkları doğru olarak anlaması bir ilişkide yakınlığın gelişmesi için altyapıyı oluşturur." (s. 128).

Çiftlerde farklılıklarla başa çıkmaya bir iletişim yaklaşımı *istek/geri çekilme* iletişim örüntüsüdür (Jacobson ve Christensen, 1996). Bu durumda bir partner, ilişkiye bazı değişiklikler getirme amacıyla diğerinin iletişime katılmasını sağlamaya çalışır ve alıcı uçtaki partner geri çekilir ya da iletişim etkileşiminden kaçınır; böylece çatışmadan ve olası ilişki değişikliğinden de kaçınmış olur. Karşıtcinsel çiftlerde, kadınlar değişiklik isteme/aramaya daha eğilimliyken erkeklerin daha geri çekilme/değişikliğe direnme eğilimli olmaları anlamında bu örüntü *toplumsal cinsiyet* açısından da betimlenmiştir.

Ancak konu toplumsal cinsiyetle daha az, istenilen değişiklikle ise daha çok doğrudan ilgilidir. Yakın geçmişte yapılan araştırmalarda, evli çiftlerden "bir kocanın eşinden fikrini değiştirmesini istediği ya da bir kadının kocasından fikrini değiştirmesini istediği bir konuyu tartışmaları istenmiştir. Bulgular, kadınların konularında kadınlar ister, kocalar geri çekilirken, kocaların konularında kocaların isteyip kadınların geri çekildiğini göstermektedir (Klinetob ve Smith, 1996, s. 945). Diğer bir deyişle, koca değişim istediğinde, o itiyor ve karısı geri çekiliyordu. Karısı değişiklik istediğinde de, o itiyor ve kocası geri çekiliyordu.

Neyin iletildiği, nasıl iletildiği, nasıl alındığı ve nasıl karşılık aldığı süregiden iletişim sürecinin önemli yönleridir. Reis ve Shaver (1988), yakınlık sürecinde iletişimin karşılıklılık ya da "ileri ve geri" doğasını vurgulamaktadır. İlişki öykümüzü örnek olarak kullanırsak Nick'in amaç, güdü ve korkularının kendi amaç, güdü ve korkuları olan Elaine'e açıldığı ya da duygusal olarak dışa vurulduğu bir model sağlamışlardır. Daha sonra Elaine, Nick'in iletişimini kendi *yorum süzgecinden* geçirerek anlamakta ve Nick'e karşılık vermektedir. Nick, Elaine'in tepkisini kendi yorum süzgecinden geçirerek anlamakta ve süreç böylece sürüp gitmektedir. Bu son derece birbirini etkileyicidir ve herhangi bir noktada geliştirilebilir ya da çıkarılabilir. Yakınlık işleyişi en iyi iki kişi arasındaki iletişim ve tepki örüntüsünde gözlenebilen etkin (dinamik) bir süreçtir (s. 383).

İlişki araştırmalarının iletişim örüntü ve biçemleriyle bu kadar yoğun olarak ilgilenmelerinin bir nedeni, iletişimin ilişkisel nitelik ve doyum için önemli olmasıdır. İlk olarak, doyumu olumlu yönde etkileyen iletişim değişkenleri vardır. Örneğin, bir iletişim çatışma ve aşk araştırmasında Meeks ve arkadaşları (1998), insanların partnerlerinin olaylara onların gözüyle bakabilme (empatinin iletişim yoluyla aktarılan bir yönü) yeteneklerine ilişkin algılarıyla doyum arasında olumlu bir ilişki bulmuşlardır. Oyunsu aşk ve düşmanca çatışma taktikleriyle doyum arasında olumsuz bir ilişki vardı.

Daha başka çalışmalar, evlilik öncesi eğitimden, evlilik zenginleştirmeye ve evlilik terapisine kadar değişen bir dizi bağlamda verilebilen iletişim becerileri eğitiminin ilişkiler üzerinde olumlu etkileri vardır (Cole ve Cole, 1999). Hâlâ daha başka araştırmalar evlilik çatışması durumlarında iletişimin özgül yönlerinin (ör., etkin dinleme) değeri sorgulanmaktadır (Gottman, Coan, Carrere ve Swanson, 1998). Ancak ilginç bir biçimde bu aynı araştırmalar, kadın tarafından çatışmanın sert olmak

yerine, yumuşak bir biçimde tırmandırılması ve kocanın karısından kaynaklanan etkiyi kabule istekliliği gibi, iletişimle ilgili diğer davranışlar hem evlilik mutluluğu hem de evlilik kararlılığıyla ilişkilidir. Daha da başka araştırmalar, etkin dinleme becerileriyle, ilişkisel çevrenin iyileşmesini ilişkilendirmektedir (Cole ve Cole, 1999).

İletişim taktikleri daha öncede belirtildiği gibi, yalnızca çiftten çifte değil, ayrıca bağlamdan bağlama da farklı işleyebilir. Örneğin, birinin sözünü kesmenin her zaman kaba bir davranış olduğu sanılır. Daigen ve Holmes (2000), evli ya da birlikte yaşayan 78 çift için belirli etkileşimler içinde sergilenen iletişim kesintilerinin işlevini değerlendirmişlerdir. Kesintilerin ortaya koyduğu birçok işlev olmasına karşın, ilişkiden alınan doyumla ilişkili temel bulgu, *anlaşma* göstergesi kesintilerle hem partnerlerin konuşmalarına verdikleri duygusal tepkiler hem de o anki doyum arasında olumlu ilişkilerin bulunmasıydı. Fakat *anlaşmazlık* belirtmede kullanılan söz kesmelerle duygulanma ve doyum arasında olumsuz bir ilişki vardı. Açıkça görülüyor ki bütün söz kesmeler eşit yaratılmamıştır.

Olumsuz söz kesmeler ya da daha da genel olarak olumsuz iletişimlerin, partnerleri incitme ve ilişkinin işlev görmesine zarar verme gizilgücü vardır. Vangelisti ve Young (2000), incitici iletilere ve ister amaçlı ister amaçsız algılansınlar, bu iletilerin insanlar üzerinde aynı etkiyi gösterip göstermediğine ilişkin soruları yanıtlamaya çalıştılar.

Bir iletişim sırasında insanlar bir kişinin kasıtlı olarak kendilerine karşı kırıcı olduğuna inandıklarında, o kişi ile ilişkilerinden daha az doyumu alıyor, o kişiye karşı daha az yakınlık hissediyor ve genel olarak o kişiden "uzaklaştırıcı bir etki" yaşıyorlardı (s. 393). İnsanlar amaçlı olmadığına inandıkları kırıcı bir etkileşim yaşadıklarında bu olumsuz ilişkisel etkileri yaşamıyorlardı. Vangelisti ve Young'un (2000) araştırmaları, iletişim davranışının bir ilişkiyi nasıl etkilediğini değerlendirmede bağlamın önemini vurgulamaktadır. Davranış ister olumlu ister olumsuz, ister kasıtlı, ister kasıtsız, ister partnere, ister başka birine yöneltilmiş olsun tüm bu etmenler davranışın ilişki üzerindeki etkisiyle bağlantılıdır. Etkili iletişim hakkında bazı öneriler için sayfa 132'deki Ayraç Kutusu'na bakınız.

İletişimin değişik yönlerinin bir ilişkiden alınan doyumla ilişkili olduğu açıktır ve her türlü iletişim bir ilişkinin sürdürülmesinde temel bir yapı taşıdır. Ancak, ilişkinin sürdürülmesine ilişkin değişik yöntemler üzerindeki bu tartışmayı bitirmeden önce, ilişkiden alınan doyumun kendisi üzerinde kısaca durmak yararlı olacaktır.

İlişki Doyumu

Tarihsel olarak evlilikler ya aileler tarafından düzenlendikleri ya da sınırlı seçeneklerle uygun koşullar temelinde kuruldukları için, **ilişki doyumu** görece yeni bir kavram ve yeni bir olgudur (Levinger, 1997). Ancak, "Günümüzün çok büyük ölçüde artan seçenekleri, azalan toplumsal kısıtlamaları ve yükselen çift kararsızlığı karşısında.... iki partnerin ilişkilerinin niteliği ve ne kadar hoşnut oldukları çok daha önemli hâle gelmiştir." (s. 3).

Ayraç Kutusu

Etkili İletişim Kılavuzu

Romantik bir ilişkide etkili iletişim için aşağıdaki yolların izlenmesi önerilmektedir:

- Eşinize ona yönelik duygularınız konusunda güvence verin.
- Duygularınız hakkında açık olun.
- Olumlu ve güler yüzlü olun.
- Eşinize önem verin; ilişkinizi önemseyin.
- "Sen" ya da "ben" gibi, bireysel sözcükler yerine "biz" gibi, ilişkisel sözcüklerle düşünün.
- Açılmayla özel yaşamı dengeleyin.
- Sır saklamamayı bir ilke hâline getirin.
- Sözsüz iletişiminizde olumlu olun (ör., kötü bakmayın ya da gözlerinizi döndürmeyin).
- Eğer daha fazla yakınlık istiyorsanız göz temasını artırın.
- Kendinizi partnerinizin yerine koyun.
- İyi bir dinleyici olun.
- Partnerinizin sözünü yalnızca aynı fikirde olduğunuzu belirtmek için kesin.

Öyleyse, *ilişki doyumu* ya da ilişkiden alınan doyum nedir? Bu kavram, genellikle insanların ilişkileriyle ilgili öznel duygularına gönderme yapmak için kullanılır. Bu, ilişkide daha nesnel özellik ve davranışlardan oluştuğu düşünülen ilişki uyarlamanın tersidir (S. S. Hendrick, 1995). Fletcher, Simpson ve Thomas'a (2000) göre doyum altı ilişki niteliği bileşeninden yalnızca biridir. Bu altı bileşen farklıdır ve genel ilişkisel niteliğin oldukça özgül göstergeleridir fakat *ilişki niteliği* adı verilen genel bir kavramda birleştirilebilirler. Ek bileşenler, hepsi burada tartışılan bağlılık, yakınlık, aşk, tutku ve güvendir.

Biraz farklı bir bakış açısından Karney ve Bradbury (1995), doyumun da ayrıca önemli rol oynadığı bir ilişki niteliği ve kararlılığı modeli geliştirmişlerdir. Onlara göre, niteliği kestirmede gerçekten kapsamlı bir yaklaşım, nitelik üzerinde çoklu, birbiri ile ilişkili etkilerin çözümlenmesini gerektirmektedir. Bu etki ya da yordayıcılar, kalıcı ya da uzun ömürlü etkilenme olasılıkları içerir. Bunlar arasında, kişilik özellikleri, stres yaratıcı olaylar ve uyumsal süreçler sayılabilir. Bunlar ilişki partnerleri tarafından kullanılan değişik başa çıkma strateji ve becerilerine gönderme yaparlar. Bu bakış açısından, ilişki niteliği (kalitesi) açıkça çok boyutlu bir yapıdır.

İlişki kalitesine ilişkin daha genel bir bakış açısı, bir çift için hem olumlu hem de olumsuz ilişki niteliği (kalitesi) önemli olmak üzere, ilişki niteliğinin özde iki boyutlu olduğunu ileri süren Fincham, Beach ve Kemp-Fincham (1997) tarafından ortaya atılmıştır. Partnerler olumlu ya da olumsuz nitelikte ya yüksek ya da düşük olabilirler. Dolayısıyla, yüksek olumlu ve düşük olumsuz niteliğe sahip olan partnerler mutlu; yüksek olumlu ve yüksek olumsuz niteliğe sahip olanlar iki yönlü; yüksek olumsuz ve düşük olumlu niteliğe sahip olanlar sıkıntılı ve düşük olumlu ve düşük olumsuz niteliğe sahip olanlar da kayıtsız olacaklardır.

Ancak birçok insanı ilgilendiren, aslında tanımlar ya da karmaşık modellerden çok, doyumun yararı ve anlamıdır. Doyumu önemli yapan şey, ilişkilerin gerçekten sürüp sürmeyeceği ya da bitip bitmeyeceğiyle bağlantılandırılabilmesidir. Örneğin, çıkmakta olan çiftler üzerinde yapılan bir çalışmada, doyum ve diğer özgül niteliklerde düşük olan çiftlerin ayrılma olasılıkları yüksekti (S. S. Hendrick ve ark., 1988). Doyum, bir ilişkinin iyiliği ile ilgili olarak bir çeşit "barometre" olarak düşünülebilir -kuşkusuz tek barometre değil, fakat en önemlilerinden biri (Karney ve Bradbury, 1995).

İlişkilerden alınan doyumda, cinsiyet farklılıkları üzerine araştırmalar karışık sonuçlar vermektedir. Özgül olarak, evliliğe bakarak şu soruyu sorabiliriz: "Evlilik ilişkilerinde kadın mı, yoksa erkek mi daha mutludur?" Taramalar, erkeklerin evlilikten kadınlardan daha fazla yararlandıklarına işaret etmektedir -hiç değilse fiziksel sağlık ve iyilik hâli boyutlarında (Cutrona, 1996). Bir süre önce sosyolog Jesse Bernard (1972), toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rolleri temelinde "erkek evliliği" ve "kadın evliliğini" aynı evliliğin farklı deneyimleri olarak nitelemiştir. Ancak araştırmaların büyük çoğunluğu, ilişkilerde kadın ve erkeklerin benzer doyum düzeyleri yaşadıklarını göstermektedir (ör., Clement, Cordova, Markman ve Laurenceau, 1997). Buna karşın, doyuma katkıda bulunan etmenler, kadın ve erkekler arasında bazen küçük farklılıklar gösterebilmektedir. Aynı cinsten çiftler için doyum yordayıcıları kadar doyum düzeyleri de karşıtcinsel çiftler için olanlarla büyük benzerlik göstermektedir (Peplau ve Spauding, 2000).

Doyumun, partnerli ilişkilerde geçerli duygu ve davranışların hepsi ile değilse bile, birçoğuyla ilişkili olması şaşırtıcı değildir. Örneğin, tutkulu aşkın varlığı ve oyunsu aşkın yokluğuyla doyum arasında olumlu bir ilişki vardır (S. S. Hendrick ve ark., 1998). Ayrıca, bir partnerin kendini bir başkası yerine koyabilme yeteneği, düşmanca ve saldırgan çatışma biçimleriyle doyum arasında olumlu ilişkiler vardır (Meeks ve diğerleri, 1998). Doyum, ek olarak partnerlerin bağlanma biçemleri (her iki partner için de güvenli bağlanma en iyisidir) ve ilişkiye bağlanma gibi, şeylerle de ilişkilidir (Feeney ve ark., 2000). Gerçekte Rusbult'a göre (ör., Rusbult ve Buunk, 1993), ilişkisel çıktılar açısından bağlanma doyumdan daha önemlidir. Doyumun ölçülmesine yönelik bir dizi yaklaşım vardır. Kısa ve uygulanması kolay ölçekler alışılmış klinik durumlar için en kullanışlı olanlarıdır. Bu ölçeklerden biri, Hendrick'in (S. S. Hendrick, 1988; S. S. Hendrick, Dicke ve C. Hendrick, 1998), izleyen Ayraç Kutusu'nda (bk., s. 134) değiştirilmiş biçimiyle verilen İlişki Değerlendirme Ölçeği'dir (İDÖ). İlginç bir alıştırma olarak, İDÖ'yü bir kez şimdiki ya da en yakın geçmişteki romantik ilişkinizle, bir kez de ülküsel ilişkinizle ilgili olarak doldurunuz. Sonra şimdiki ilişkinizin, ülküsel ilişkinizle ne kadar uyuştuğunu görmek için sonuçlarınızı karşılaştırınız.

Ayraç Kutusu

İlişki Değerlendirme Ölçeği

Her soru için şimdiki romantik ilişkinizi en iyi betimleyen seçeneği daire içine alınız. Tüm soruları yanıtladıktan sonra, puanlarınızı toplayın. Puanınız arttıkça doyumunuz da artmaktadır (Olası en yüksek puan 35, olası en düşük puansa 7'dir).

1. Partneriniz gereksinimlerinizi ne kadar iyi karşılıyor?
1= Zayıf 2 3= Orta 4 5= Kusursuz
2. Genel olarak ilişkinizden ne kadar doyum alıyorsunuz?
1= Doyumsuz 2 3= Orta 4 5= Son derece doyumlu
3. Çoğunlukla karşılaştırıldığında ilişkiniz ne kadar iyidir?
1= Zayıf 2 3= Orta 4 5= Kusursuz
4. Ne sıklıkla bu ilişkiye hiç girmemiş olmayı diliyorsunuz?
1= Çok 2 3= Orta 4 5= Hiç
5. İlişkiniz ne ölçüde özgün beklentilerinizi karşılamaktadır?
1= Hemen hemen hiç 2 3= Orta 4 5= Tamamen
6. Partnerinizi ne kadar seviyorsunuz?
1= Çok değil 2 3= Orta 4 5= Çok fazla
7. İlişkinizde kaç sorun var?
1= Çok 2 3= Orta 4 5= Çok az

Toplam Puan _____

Özet ve Sonuçlar

İlişkiyi sürdürme, bir ilişkinin başarısını ve yaşamda kalmasını kolaylaştıran geniş bir dizi davranışla ilişkilidir. İlişkiyle ilgili olarak aynı görüşe ya da paylaşılan bir dizgesine sahip olma, sürdürme ile ilişkilidir. İlişkilerin sürdürülmesi için beş strateji güvence vermeyi, toplumsal bir ağa katılımı, açıklığı, olumluluğu ve görevlerin paylaşılmasını içerir. Umursama ve ilişki farkındalığı partner ve ilişki üzerinde bilişsel ve duygusal odaklanma gerektiren ek iki sürdürme stratejisidir.

İletişim, ilişkiyi sürdürmede merkezî öneme sahiptir ve stratejik/işlevsel ve sonuçsal/kültürel yaklaşımlara ayrılabilir. Bunlardan ilki, amaçlı davranışlar üzerinde yoğunlaşırken; ikincisi daha çok ilişkinin kültürüyle ilgilidir. Farklı türlerden

çiftler kendi ilişkisel kültürlerini açığa vururken farklı sürdürme ve iletişim stratejilerine güvenebilirler.

Açılma önemli bir iletişim biçimidir ve bir kişinin özel duygu ve deneyimlerini dürüst bir biçimde başkasına anlatması demektir. Açılma, ilişkinin başında geniş ve daha genel olabilir fakat toplumsal giriş kuramına göre, ilişki sürdükçe yavaş yavaş derinleşir. İlişkisel partnerlerin açıklık/açılma ve kapalılık/özel yaşam gereksinimleri gibi, karşıt ya da ikili birçok gereksinimi vardır. Açılma, diğer ilişkisel olgular gibi, bir ilişkinin gidişi sırasında değişir; bu bir süreçtir. Bir partner tarafından, duygu ve dinleme/anlamayla birlikte açılma, yakınlığın üç bileşeninden biri olarak görülmektedir. Son olarak riskli de olsa, travmatik olaylara ilişkin olarak açılma, daha iyi fiziksel ve ruhsal sağlık yönünde bir patika olabilir. Hem iletişim hem de yakınlık ilişkilerde karşılıklı olarak birbirini etkileyen süreçlerdir.

Sözsüz iletişim çok güçlüdür ve eğer sözlü ve sözsüz iletiler arasında bir fark varsa, daha çok sözsüz iletilere inanılır. Beden dili, yüz ifadeleri ve göz teması sözsüz iletişimin kilit yönleridir.

Partnerlerin hem benzerlik hem de farklılıklarla başa çıkma biçimlerinin ilişkinin başarısı için doğurguları vardır. İlişkisel değişim istediklerinde, bunun için çaba harcamak eğilimindedirler ve olayların olduğu gibi, kalmasını istediklerinde geri çekilme eğilimindedirler. Bu davranışlar ardışıklığına istem/geri çekilme adı verilir. Bir partnerin sözünü kesme hoş karşılanmamakla birlikte, anlaşma belirtme amaçlı söz kesmeler partnerin duyguları ve şimdiki doyumu ile olumlu olarak ilişkilidir. İncitici iletişimler eğer amaçlı değillerse daha az sorun yaratmaktadır.

İletişim içinde olmak üzere ilişkiyi sürdürme, ilişkiden alınan doyum için önemlidir. Sürdürme, insanların ilişkileri hakkındaki öznel duygularıyla ilişkilidir. İlişkiden alınan doyum, nitelik ve bağlanma hep ilişki sağlığıyla ilgilidir.

Anahtar Kavramlar

Sonuçsal/kültürel (s. 122)
İkili (s. 124)
Umursama (s. 122)
Sözsüz iletişim (s. 128)
İlişkiyi sürdürme (s. 120)
İlişki doyumu (s. 131)
Açılma (s. 124)
Stratejik/işlevsel (s. 122)

Önerilen Okumalar

Cole, C. L. ve Cole, A. L. (1999). Marriage enrichment and prevention really works: Interpersonnel competence training to maintain and enhance relationships. *Family Relations*, 48,273-275

Harvey, J. H. ve Omarzu, J. (1998). Minding the close relationship. *Personality and Social Psychology Review*, 1-224-240.

Meeks, B. S., Hendrcik, S. S. & Hendrick, C. (1998). Communication, love, and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 755-773.

Pennebaker, J. W. (1990). *Opening up: The healing power of confiding in others*. New York: Morrow.

Prager, K. J., & Buhrmester, D. (1998). Intimacy and need fulfillment in couple relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 435-469.

7

Çatışma ve Kötüye Kullanma

Çatışma ve Kötüye Kullanma ile İlgili Ne Biliyoruz?

Çatışmanın Temelleri

- Çatışmanın Yapısı
- Çatışmanın Nedenleri

Çatışma Süreci

- Yükleme Yaklaşımları
- Toplumsal Değişim (Mübadele) Yaklaşımları

Çatışmaların Olumlu ve Olumsuz Yönleri

Ailelerde ve Arkadaşlıklarda Çatışma

- Ana Babalara Karşı Çocuklar
- Arkadaşlıklar

Romantik ve Evli Çiftlerde Çatışma

- Sıkıntılı Çiftlerin Nitelikleri
- Çatışmayı Ele Alma Yaklaşımları
- İlişkisel Güç

Çatışmalarla Yapıcı Olarak Başa Çıkma

İlişkilerde Kötüye Kullanma

- Kötüye Kullanmanın Nedenleri ve İlişkili Değişkenler
- Kötüye Kullanmanın Sonuçları

Cinsel Saldırganlık

İlişki Öyküleri

Öfkenin Alevi

Antonio kapıyı hızla çarptı. Kapının sesi dairede yankılandı. Maria mutfakta onun arkasından bağırmamak, daha da kötüsü ağlamamak için bulaşık makinesinden bulaşıkları çıkarmaya odaklandı. Antonio'nun bir öfke nöbeti geçiriyor olması, onun da aynı öfkeyi yaşamasını gerektirmezdi.

Maria duygularını denetim altında tutabilmek için uzun siyah saçlarını geriye attı. Antonio ile bir yıldır nişanlı olmalarına karşın, onu lisede tanıştıkları günden beri, yaklaşık altı yıldır tanıyordu. Maria biraz kısa boyu, biçimli vücudu, büyük kahverengi gözleri olan ve gülümsemesi bütün bir odayı aydınlatan bir kızdı. Antonio ise uzun boylu ve dalgalı siyah saçlı, rahat ve şaka cı bir adamdı. Gençlik yıllarında matematik dersinde tanışmışlardı. O Antonio'nun önünde otururdu; öğretmenin bakmadığı zamanlar Antonio kaleminin ucundaki silgiyle onu sırtından dürtüklerdi.

İlişki Öyküleri (devamı)

İlk başta onu görmezden geldi. Antonio bir atletti ve Maria atletlerden hoşlanmazdı. aklında üniversite vardı ve ciddi bir öğrenciydi. Fakat çocuğun ısrarcı tutumu onunla konuşmaya ve ardından da çıkmaya başlamasına neden oldu. Böylece ortaya bir çift çıktı. Nişanlanıp bağlanarak aynı evde yaşamaya başlamadan önce, birkaç yıl çıktılar.

Genelde Maria ve Antonio iyi geçinirlerdi, her ikisi de sıcak kanlı ve birbirlerine iyice aşıklardı. Ancak bazen işler Antonio'nun beklediği gibi gitmediğinde, Antonio'da Maria'nın sözünü ettiği patlamalar oluyordu. Eğer Maria'nın bir davranışına kızdıysa ya da genelde kızgınken bağırıyor, kapıları çarpıyor ve duygularını açığa vuruyordu. Bazen, bu sabah da olduğu gibi, evde fırtınalar estiriyordu. Maria onun bu kızgınlıkları sırasında tehlikeli bir şeyler yapmayacağını biliyordu. Biliyordu ki bugün de Antonio arabasına binecek, bir CD koyacak ve işe doğru yol alırken yumuşayacaktı. Öfkesini yoldan çıkarmayacağını ya da benzeri yıkıcı davranışlarda bulunmayacağını çok iyi biliyordu. O sadece gürültü çıkarmayı seviyordu.

O sabahki tartışma basit bir sohbet sırasında başlamıştı. Antonio bir sonraki hafta en sevdiği orkestranın bir gecelik gösterim için kentlerine gelmesini fırsat bilerek orkestranın vereceği konsere gitmek için bilet almak istediğini Maria'ya söylemişti. Ancak Maria ona o gece için zaten bir planları olduğunu anımsattı. Annesinin doğum gününü kutlamak için anne ve babasının evine gideceklerdi. İşte o anda Antonio'nun tepesi attı, sürekli ailelerinin isteğine uymaktansa, bazen de kendi isteklerini ilk sıraya koymaları gerektiğini söyledi. Sonuçta hışımla dışarı çıkarken "İyi öyleyse, annenin doğum günü yemeğine gidiyoruz ama bu konserin de bir daha ele geçmeyecek bir fırsat olduğunu unutma!" dedi. Kapıyı vurup çıkıp gittiğinde son sözleri arkasından çınladı.

Gerçekte Maria Antonio'nun öfkesini dışa vuruş biçimine hiçbir zaman alışamamıştı. Kendisi öfkelenmediği için değil, doğal olarak o da öfkeleniyordu. O da sesini yükseltir, duyguları hakkında çok açık olur ve ara sıra çok üzüldüğün de gözyaşları içinde kalabilirdi. Ancak öfkesini Antonio'nunki gibi göstermezdi. Antonio'nun da ailenin diğer bireyleri gibi, asabi ve çabuk alevlenen bir kişiliği vardı. Bütün ailesi, annesi, babası, iki erkek kardeşi ve Antonio hepsi bir tartışmaya girmişlerse artık kimse konuşmaya fırsat bulamazdı. Özellikle de Maria. Hepsi aynı anda konuşur, birbirlerine karışır, kızgınlıkla el kol sallar, son sözün kendilerinde olması için uğraşır ya da hiç değilse sesi en çok çıkan kişi olmaya çalışırlardı. Maria böyle zamanlarda hep kendini dışlanmış hisseder, genellikle ya başka bir odaya gider ya da bir yürüyüş için kendisini dışarı atardı. Şaşırtıcı olansa, bu tartışmaların Antonio ve ailesini hiç rahatsız etmemesiydi. Yürüyüşten geri döndüğünde, genellikle hepsi oturmuş konuşuyor, gülüyor ve şaraplarını içiyor olurlardı. Onlar için az önce olanlar sıradan şeylerdi.

Maria'nın ailesi ise çok farklıydı. Bir çatışma durumu, Antonio'nun ailesi için bir grup tartışmasıysa, Maria'nın ailesi için sessizce süren bir problem çözme oturumuydu sanki. Herhangi bir şey hakkında tartışılırken annesi, babası, ablası ve Maria, duygularını denetimsiz olarak ortaya dökmeksizin ve kimsenin kırılmasına neden olmaksızın sakin sakin konuşur ve bir çözüme ulaşmaya çalışırlardı. Maria, çatışma ve uyuşmazlıklarla başa çıkmayı böyle öğrenmişti. Antonio ile romantik bir ilişkiye girdiğinde, onunla tartışma ve sorunlarının da böyle çözümleneceğini

beklemişti. Fakat hiç de böyle olmadı. İlk tartışmalarında -ki ne hakkında olduğunu şu anda hiç hatırlamıyordu- bir sinemada film izlerken Antonio sinirlenmiş ve çıkıp gitmişti. O da arkasından arabasına kadar Antonio'yu izlemiş, arabaya binmişler ve tek bir kelime bile konuşmadan Antonio onu evine bırakmıştı. Ertesi gün sanki hiçbir şey olmamış gibi Antonio onu aramıştı. Onun için durumun karmaşık bir yanı yoktu: Kızıyor, öfkeleniyor ve içini döküyordu. Bu sabah da işinde yatışacağını ve onu arayacağını biliyordu. Arayıp özür dileyebilirdi ama büyük bir olasılıkla yalnızca arardı.

Maria onu öfkelendiren her şey için, sanki ölümcül bir hataymışçasına, Antonio'nun neden bu kadar gürültü kopardığını bir türlü anlayamıyordu. Sonuçta sıradan bir konserdi. Antonio ile onun bu kızgınlık nöbetleri hakkında konuşmaya çalışmıştı, çünkü sorun yalnızca onun bu huyuyla uğraşmaktan kaynaklanmıyordu. Gerçekte onun sağlığından kuşku duyuyordu; bu kadar duygusal yoğunluk özellikle yaşlandığında ailesinde yaygın olan yüksek tansiyon ve benzeri hastalıklara yol açabilirdi. Ancak Antonio hep geçiştiriyor ve "Maria ben böyleyim. Kızıyor, duygularımı gösteriyor ama sonra yatışıyorum. Birşeyleri kırmıyor, yıkmıyor, kin tutmuyorum. Öyleyse sorun ne?" diyordu.

Maria, sorunları çözmenin, beklediğinden biraz daha fazla zaman almasından başka sorun yok diye düşündü, çünkü önce Antonio'nun tepki vermesi bekleniyor; o kızıyor, yatışıyor, sonra sorunun çözümüne odaklanılıyordu. Neden daha başta sorun neyse onun üzerinde çalışılmıyordu ki? Antonio'yu seviyor ama zaman zaman da onu çok yorucu buluyordu. Onun üzerinde çok durulması gerekiyordu. "Bir tartışmayı yapıcı olarak hiç ele alabilecek miyiz acaba?" diye düşündüğü anda telefon çaldı. Açtı, arayan Antonio'ydu.

■ ■ ■

Büyük Soğukluk

Peter kendisi için öğle yemeği hazırlarken evde çıt çıkmıyordu. Cumartesileri genellikle CD çalar açık olur, Lisa ve o, günlük işlerle uğraşır, bir şeyler almak için dışarı çıkar, iki yaşındaki çocukları Ethan'la ilgilenirlerdi; kısaca evde aile yaşamının sesi olurdu. Ancak bugün öyle değildi. Bugün ev çok sessiz ve soğuktu, hatta temmuz ortaları olmasına karşın, şaşırtıcı bir soğukluk hissediliyordu. Ethan öğle uykusuna yatmış, Lisa markete kadar gitmişti.

Peter ve Lisa bu sabah bir anlaşmazlık yaşamışlardı. Bu büyük bir kavga değildi; yalnızca eylülden başlayarak Ethan'ı haftada üç gün için göndermek istedikleri kreşi ziyaret etme zamanıyla ilgiliydi. Her ikisi de bunun önemli bir adım olduğunun farkındaydı ama Lisa biraz daha fazla önemsiyordu. Bu nedenle Peter, ziyareti pazartesi sabahından çarşamba öğleden sonraya kaydırmak istediğinde Lisa'nın yüzü bulutlandı ve "Tamam o zaman ben işlerimi ona göre tekrar ayarlarım." dedi ve onunla tartışmadı. Peter, sessizliğinden ve havada esen soğukluktan onun kızdığını anladı.

Bu anormal bir durum değildi. Lisa zaman zaman çatışma olarak algıladığı konular üzerinde konuşur ve hatta tartışırdı. Fakat genelde sessiz kalırdı. Bu sessizliği birkaç saatten başlayarak, bir ya da birkaç gün sürebilirdi. Peter, normal yaşam-

larına ne zaman döneceklerini hiçbir zaman bilemez, yalnızca onun düzelmesini beklerdi.

Peter, Lisa ile ilk karşılaştıkları zamanı anımsadı. Lisa bir bilgisayar şirketinde çalışmak üzere kente yeni gelmişti. Yenilerde boşanmış ve yeni yaşamına, yeni bir şehirde, yeni bir başlangıç yapmak üzereydi. Kente geldikten az sonra aynı şirkette çalışan Joanna ve kocası Tom, iyi arkadaşları olan Lisa'yla Peter'i tanıştırmak istemişlerdi. Lisa eyalette yüksek riskli ailelerin danışmalığını yapmasına karşın, işiyle zıt bir yapıya sahip olarak ince, sarışın zarif ve sakin görünüşlüydü. Peter ve Lisa, Joanna ve Tom'la çıktıkları dörtlü bir yemekte tanıştırıldılar.

Peter ve Lisa bir kez karşılaştıktan ve tanışıp konuşmaya başladıktan sonra, Tom ve Joanna onları orada bırakıp, yemeklerini bir başka lokantada yiyebilirlerdi artık. Fakat yaptıkları çöpçatanlığın iyi gitmesinden duydukları gizli bir hoşnutlukla omuzlarını silktiler. Bu sırada Lisa ve Peter geçmiş ve şu andaki yaşamlarıyla ilgili her şey hakkında yoğun bir konuşmaya dalmışlardı. Her ikisi de evlenip ayrılmışlardı ama çocukları yoktu. Her ikisi de üstünkörü bir ilişkiden daha fazlasını bekliyorlardı ve anlaşılan aradıklarını da bulmuşlardı.

İlk karşılaşmanın ardından sıkı bir kur dönemi, evlilik ve ailenin kurulması geldi. Ethan'ın doğumu her ikisi için de büyük bir sevinç kaynağı oldu. Ethan'a doğru bakımı vermek için Lisa'nın yarı zamanlı bir işe dönmesi onun için ekonomik bir özveriydi ancak bu kararı her ikisi de benimsemişti. Peter çok iyi ve ilgili bir babaydı, Ethan'la çok zaman harcıyordu. Yaşam güzeldi.

Gerçekte, Lisa ile ilgili Peter'ı rahatsız eden tek şey, onun çatışmaları ve hatta bazen küçük uyuşmazlıkları ele alış biçimiydi. Nasıl tepki vereceğini hiç kestiremiyordu. Bazen çok rahat oluyor, sorun hakkında konuşuyorlardı. Ancak başka zamanlar küçük bir anlaşmazlık başlangıcında bile tıpkı bu sabah olduğu gibi Lisa buz gibi bir sessizliğe bürünüyordu. Peter bu sessizlikten nefret ediyordu ve çatışmalarla böyle uğraşılmasına alışkın değildi. İlk evliliğinde durum çok farklıydı. O ve eski karısı ciddi karşılıklı bağrışmalardan sağ salim çıkmışlardı. Büyüdüğü ailesi ise tamamen farklıydı. Anne ve babası çok nadir uyuşmazlığa düşen sessiz kişilerdi. Uyuşmazlığa düştükleri ender durumlarda ise ya uzlaşırlar ya da babası son kararı verirdi. Peter ve kız kardeşi, kardeş çatışmalarını kavga etmektense konuşarak çözmeye özendirilirlerdi. Peter 10, kardeşi 8 yaşındayken çıkan bir kavgayı hâlâ anımsıyordu. O kavgada dövüşürlerken kız kardeşi sırtına öyle bir vurmuştu ki annesi elinin izini sırtında görebilmişti. Kız kardeşi odasına gönderilmiş ve bu taktiğe asla bir kere daha başvurmamıştı.

Ancak Lisa tek çocuktu, konuşup anlaşacağı ya da kavga edeceği bir kız ya da erkek kardeşi yoktu. O doğduğunda ana babası oldukça yaşlıydı ve ona karşı hep hoşgörülüydüler. Gerçekte anlaşılabilir olduğu sürece her şeyi kendi tarzında ve kendi isteğine göre yaparak büyüdü. Genelde başta pek çok şeyde uzlaştıkları için Peter, Lisa ve kendisinin çatışmalarla başa çıkmada temelden farklı yöntemlerinin olduğunu anlayamamıştı. Böylece Ethan doğduktan sonra, yaşamları çok daha karmaşık bir hâle geldi, uzlaşma gerektiren daha çok sorun vardı. Ev işleri, iş saatleri,

çocuk yetiştirme yöntemleri, çocuk bakımı ve benzeri binlerce şey yapılmak zorundaydı.

Lisa'nın içine kapanıp Peter'i dışlaması çok sık olmuyordu, ancak olduğunda onu her zaman biraz rahatsız ediyordu. Sanki karısı tam olarak tanımadığı biri gibiydi. Keşke ne yapılması gerektiğini ya da her şeyi daha iyi yapmanın bir yolunu bilebilseydi. Peter az önce öğle yemeği için yaptığı sandviçe baktı. Onu yaptığını bile anımsamıyordu. Arka kapının açıldığını duyup geriye döndü. Lisa elleri kolları paketlerle dolu gözlerinden yaşlar akarak mutfağa girdi. "Peter konuşmamız lazım" dedi. Ve konuşmaya başladılar.

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Kızgınlığı Antonio'nun yaptığı gibi, dışa vurup boşaltmak mı daha iyidir, yoksa Maria'nın yaptığı gibi onunla daha sakin bir biçimde başa çıkmaya çalışmak mı?
- Peter gibi, romantik partnerinizin çatışmalarla başa çıkma tarzının hiç sizi şaşırttığı oldu mu?
- Bir ilişki içindeki çiftler arasında yaşanan çatışmalar her zaman ilişkinin sorunlu olduğunu mu gösterir?
- Siz çatışmalarla nasıl başa çıkıyorsunuz? Patlar mısınız, kaçınır mısınız, bir problem çözme yaklaşımını mı tercih edersiniz, yoksa bu davranışların bileşimi bir yaklaşımı mı?

Çatışma ve Kötüye Kullanma ile ilgili Ne Biliyoruz?

İlişki Öyküsü'ndeki çiftlere baktığımızda, Maria ve Antonio'yu bir **çatışma** yaşıyor olarak görmek çok daha kolaydır. Lisa ve Peter'sa bir iletişim problemi yaşıyor görünmektedirler, buna "çatışma" diyebilir miyiz ?

Brickman (1974), çatışmayı içinde bulunulacak şu durumla tanımlar; "tarafların kaynakları içlerinden birinin aldığı miktar arttıkça diğerlerinin payına düşen miktarın azalacağı biçimde bölüşmek zorunda oldukları durumların bir sonucu" olarak tanımlamaktadır (s. 1). Bu tanım, Antonio ve Maria'nın durumuna uymaktadır: Maria annesinin yaş günü yemeğine, Antonio ise konsere gitmek istemektedir. Fakat Peter ve Lisa'nın yaşadıkları için bu tanım daha az uygundur. Onların ikilemini, Peterson'un (1983) çatışma tanımı daha iyi anlatabilir. Bu tanıma göre çatışma "bir kişinin eylemlerinin diğerininkileri engellediği durumlarda gözlenen kişilerarası bir süreçtir" (s. 365). Bu, özde ilişkinin tarafları olan iki kişi, farklı şeyler istedikleri her zaman çatışma olarak adlandırılabilecek bir miktar gerginlik ya da güçlük var olacaktır anlamına gelmektedir.

Çatışmanın Temelleri

Çatışmanın Yapısı

Çatışma, ayrıca bazen düşünüldüğü gibi, bir dizi evreden oluşan (başlangıç, orta ve son) bir yapı olarak görülebilir. Örneğin Peterson'a (1983) göre çatışmaların bir *başlangıç evresi* vardır; bu evrede bir olay ya da davranış çatışmayı başlatır; daha sonra ya çatışma üzerinde odaklanır (ör., onunla başa çıkmaya çalışılır daha çok Maria ve Antonio gibi) ya da ondan kaçınılır (daha çok Lisa ve Peter gibi). Odaklaşma ve kaçınma, çatışmaların *orta evrelerinde* de devam eder; bu evrede partnerler hiç değilse geçici olarak kaçınabilir; uzlaşabilir ya da sorunu çözebilirler ya da gerçekte hiçbir yere varmaksızın çatışmayı tırmandırır ve düzeyini arttırırlar. Peterson'a göre, çatışma sonu evresi birçok şeyden biriyle sonuçlanabilir; ayrılma ya da geri çekilme; tarafların birinin kazandığı baskın gelme; her partnerin küçük bir ödün verdiği uzlaşma; her iki partnerin de gereksinimlerini karşılayan bir çözümün bulunduğu bütünleyici anlaşma ve yapısal iyileştirme ya da ilişkide uzun dönemli değişiklik.

Bu stratejileri Maria ve Antonio'nun durumuna uygularsak, *ayrılma* sorundan kaçınmaya yol açar ki bu bir ölçüde, Antonio evden bir hışımla çıkıp gittiğinde olan şeydir. *Baskın gelme* stratejisi, bir kazanma/kaybetme durumu anlamına gelir ki bu durumda çiftimiz yaş günü yemeğine (Maria kazanır) ya da konsere (Antonio kazanır) gider. *Uzlaşma*, Maria ve Antonio'nun kısa bir süreliğine doğum günü yemeğine gitmeleri ve daha sonra konsere geç gitmeleri olabilir. *Bütünleştirici anlaşma*, Maria ve Antonio'nun, Maria'nın annesini doğum günü için güzel bir öğle yemeğine götürmeleri ve akşam da konsere zamanında gitmeleri biçiminde olabilir. İlişkide *yapısal bir iyileştirme* ise bu özel sorundan daha çok, çiftin bu tür sorunlarla nasıl başa çıktığıyla ilgilidir. Bu nedenle, yapısal iyileştirme, çatışmayla daha iyi başa çıkılmasına yardımcı olacak bir danışman aramalarını ya da çatışmayla ilişkili tartışmalar için kendi kurallarını geliştirmelerini gerektirebilir (ör., Antonio bağırmayacak, Maria ağlamayacaktır).

Çatışmaların pek çok nedeni olduğundan, çatışmanın kapsamlı tanımlarının ve hiç değilse, mantıksal olarak kestirilebilir evrelerinin olduğunun bilinmesi kavramın anlaşılmasında yardımcı olacaktır.

Çatışmanın Nedenleri

Çatışmanın hemen hemen çatışma durumunda olan insanların sayısı kadar çok nedeni vardır. Terapistler, danışmanlık isteyen çiftlerin genellikle para, seks ya da akrabalar nedeniyle tartıştıklarını söylerler fakat bu aşırı bir yalınlaştırmadır. Gerçekte, çiftler birbirlerinin kişilik özellikleri, çocuklar, akrabalar, arkadaşlar, para, meslekler, zaman, yaşanacak yer, zamanın nasıl geçirileceği, etkinlikler, ev işlerini kimin yapacağı, uzaktan kumandanın kimde olacağı, din, siyaset, hangi filme gidileceği, hangi arabanın alınacağı gibi konularda tartışırlar ve bu liste uzar gider. Farklı insanlar için farklı şeyler önemlidir; bu nedenle çiftler farklı şeyler hakkında tartışırlar.

Çatışma nedenlerinin aynı zamanda farklı düzeyleri de vardır. Örneğin çiftler, özgül davranışlar ("Hiç yemek pişirmiyorsun."), davranış normları ("Üzerine düşen ev işlerini yapmıyorsun.") ya da kişisel eğilimler ("Sorumsuzsun.") yüzünden tartışabilir-

ler (Peterson, 1983). Gottman (1994), çatışmanın pek çok nedeninin olduğuna işaret etmektedir, fakat ona göre önemli olan çiftlerin birbirleriyle uyumlu görüşlere sahip olmaları değil, farklılıkları nasıl çözdükleridir (s. 23-24). Çatışmaların çoğu çözülebilirdir fakat zaman zaman "anlaşmama üzerinde anlaşıp" yola devam edilerek de çözülebilirler.

Çatışma Süreci

Yükleme Yaklaşımları

Bir **yükleme**, belirli bir olayın neden ortaya çıktığı hakkında yapılan bir çıkarsama ya da yargıdır. İnsanlar, davranışı algılayarak ve ona ilişkin çıkarsamalarda bulunarak kendilerinin ve diğerlerinin davranışları için yüklemeler yaparlar. Gerçekte yükleme, bir anlam -çıkarma davranışıdır. Bu davranışla, davranış ve olayların nedenlerini belirlemeye; böylece de kendimiz ve partnerimiz de içinde olmak üzere, dünyamız ve içinde yaşayan insanlara bir anlam kazandırmaya çalışırız.

Kendi davranışımızla ilgili bir yargıda bulunurken, nedenselliği duruma ilişkin bir şeye yüklemek eğilimindeyizdir. Buna *durumsal yükleme* adı verilir. Fakat başka birinin davranışını yargılarken, nedenselliği kişiyle ilgili bir şeye yüklemek eğilimindeyizdir; buna da *içsel yükleme* adı verilir. Bu, partnerimizle aramızdaki yemek randevusuna geç kalmışsak "Trafiğe yakalandım"; aynı randevuya partnerimiz geç kalmışsa "Her zaman geç kalıyorsun, çok yavaşsın" dediğimiz anlamına gelir. Ayrıca daha iyi güdüleri, başkalarının davranışlarından daha çok kendi davranışlarımıza yükleme yönünde bir eğilim de bulunmaktadır. Örneğin, Shutz (1999) 25 evli çiftle yapılan görüşmeleri içeren bir araştırmasında, yıpranmamış (iyi giden) yakın ilişkilerde bile tarafların, çatışmaları kendilerine hizmet edecek bir biçimde çarpıttıklarını göstermiştir. Her iki (eş) partner de kendi gereksinimlerini ve incinmiş duygularını vurgulamak ve kendi davranışlarını haklı ya da mazur gösteren yönlere gönderme yapmak eğilimindeydi. Ayrıca partner ya da eş, diğerini çatışmayı başlatmak, partnerinin davranışlarını mantıksız ve anlaşılmaz olarak betimlemek ve önceki olumsuz davranışlara gönderme yapmak eğilimindeydi (s. 193). Bu nedenle Lisa, Peter randevularını değiştirmek istediğinde onun kendi planlarına saygısızlık yaptığı yüklemesini yapmış olabilirdi. Öte yandan, Peter yalın bir biçimde telaşlı bir pazartesi sabahındansa çarşamba öğleden sonra kreşi ziyaret etmenin daha uygun olacağını düşünmüş olabilirdi.

Yükleme kavramının ilişkilerde çatışma çalışmaları için çok önemli olmasının nedeni, bir ilişkide özgül olay ve davranışlar rutin çatışmalara yol açabilirken, bu çatışmaların nedenlerine ilişkin olarak yaptığımız yüklemelerin çok daha derin ve şiddetli çatışmalara yol açabilmesidir. Bu bölüm boyunca tartışıldığı gibi, "çatışmalar hakkında nasıl düşündüğümüz", "onlarla ilgili ne yaptığımız" kadar ya da daha fazla önemlidir. Olumsuz yüklemeler yaparsak, partnerimiz hakkında olumsuz düşünürsek için için kızmamız ve giderek daha fazla altüst olmamız olasıdır. Daha sonra, partnerimize olumsuz yaklaşabilir ya da daha kötüsünü yapabilir; o bize olumlu yaklaştığında bile olumsuz karşılık verebiliriz (daha fazla örnek için bk., Gottman [1994]). Olumsuz yüklemeler yapma, çatışma çözümünü daha da zorlaştırmak eğilimindedir ve daha düşük düzeyde doyumla ilintilidir (Fincham ve Bradbury, 1993). Bu bölümün bundan sonrasını okurken, *yükleme* sözcüğüyle her karşılaştığınızda yükleme sürecinin önemini vurgulamak için altını çizin.

Toplumsal Değişim (Mübadele) Yaklaşımları

Toplumsal değişim kuramı (3. Bölüm'de tartışılmıştır), ödüller ve bedeller gibi pazar yeri kavramlarıyla (Blau, 1964) birlikte kazanç (ödüller-bedeller) ve karşılaştırma düzeyleri kavramları üzerine temellendirilmiştir (Karşılaştırma düzeyi, bir kişinin kazançlarının başkalarının özellikle de partnerin kazançlarıyla karşılaştırmalı olarak nasıl göründüğüyle ilgilidir). Gerçekte Kelley (1979), romantik ilişkilerin, her bireysel partnerin ödül ve bedelleri açısından olduğu kadar, çiftin birlikte ödül ve bedelleri açısından da değerlendirilebileceğine işaret etmektedir.

Toplumsal değişim (mübadele), kuramıyla bağlantılı olarak, insan ilişkilerinde adaleti ve çoğu partnerin eşit kazançlar (ödüller eksi bedeller) isteğini vurgulayan *hakkaniyet kuramı* (ör., Walster ve ark., 1973) geliştirilmiştir. Bu kavramlar, partnerlerin karşıt ya da hiç değilse farklı isteklerinin olduğu çatışma durumlarında özellikle önem kazanmaktadır. Bir çatışma sırasında, partnerlerin ilişkiden aldıklarını düşündükleri ödüllerin bedellerden daha fazla olması ve böylece ilişkiden kazançlı çıkmaları ve kazançları açısından bir hakkaniyet duygusu yaşamaları önemlidir. Çiftlerin üyelerinin "Ben" açısından olduğu kadar "Biz" açısından düşünebilmeleri de önemlidir (Acitelli, 1993). Eğer her bir birey, kendisi kadar partneri ve ilişki için de en iyisini isterse bu çiftin, çatışmalarla yapıcı bir biçimde başa çıkabilmesi olasılığı daha yüksektir. Her iki ilişki öyküsünde de ödüllerin bedelleri aşıyor olması ve çiftlerin çatışmayla daha yapıcı bir biçimde başa çıkma gizilgücüne sahip olmaları olasılığı yüksektir.

Grote ve Clark (2001), zaman içinde özellikle ana babalığa adım atmak üzere olan (örneğin ilk çocuğun doğumu ile) 181 evli çiftin tepkilerini değerlendirmişler ve evlilik sıkıntısıyla adil olma/adil olmama algıları arasındaki ilişkinin bir modelini geliştirmeye çalışmışlardır. Çoğu araştırma, bir ilişkideki adaletsizlik algılarının ilişkide sıkıntıya yol açtığını vurgulamış ancak Grote ve Clark, bunun *tersinin* (ilişkide sıkıntının adaletsizlik algısına yol açıyor) olması olasılığını ele almışlardır. Ulaştıkları sonuçlar, adaletsizlik algılarıyla düşük ilişki kalitesi arasında bir bağlantının olduğu yönünde yazında sıkça karşılaşılan bulguların, bazen düşük ilişki kalitesinin adaletsizlik algılarına yol açmasından, bazen tersine adaletsizlik algılarının düşük ilişki kalitesine yol açmasından, bazen de her ikisinden kaynaklandığını göstermiştir (s. 290).

Bu sonuçlar, şaşırtıcı olarak görünmeyebilirken ilişkilerde, özellikle çatışmalar sırasında, yükleme ve toplumsal değişim (mübadele) kuramlarının birlikte işleyebileceğine işaret etmektedir. Örneğin ilişki partnerleri, ilişkiden ne alıyor (ödüller) ve ilişkiye ne veriyor (bedeller) olduklarını değerlendirerek farkı hesaplayabilirler. Eğer kazançları çok az artıda, çok az ekside ya da partnerlerinin kazançlarından oldukça düşükse, bu durum ilişkide sıkıntıya yol açabilir. Ya da örneğin partnerler uyku eksikliği ya da bir çocuğun doğumu sonrası diğer gerginlikler nedeniyle sıkıntıdaysa, en çok sıkıntıda olan kişi ilişki kaynaklı ödül ve bedelleri gözden geçirebilir ve bazı şeylerin adil olmadığı ve kendisinin zararda olduğu sonucuna varabilir. Bu kişi daha sonra partnerinin davranışlarına olumsuz yüklemeler yapmaya başlayabilir. En çok sıkıntıda olan kişi, partnerinin işleri eşit olarak paylaşmadaki başarısızlığının onun kişisel özelliklerinden kaynaklandığını düşünebilir ya da olumsuz de-

ğerlendirmeyi partnerin diğer nitelik ve davranışlarına genelleyebilir. Bu olumsuz yüklemeler, ilişkide sıkıntıyı besleyip artırarak Bradbury ve Fincham'ın (1992) de işaret ettiği bir *olumsuzluk sarmalına* yol açabilir.

İlişki kuramcıları çoğunlukla, diğerlerininkileri dışlayarak kendi kuramlarını geliştirmeye çalışmakla birlikte her bir kuramı, ilişki bulmacasının çözümüne katkıda bulunan gerekli fakat yetersiz birer parça olarak görmek daha yararlıdır.

Çatışmaların Olumlu ve Olumsuz Yönleri

Çatışma, genellikle olumsuz bir şey olarak görülse de insan davranışının doğal bir parçasıdır ve yapıcı olarak da yıkıcı olarak da kullanılabilir. Çatışma kendi başına olumsuz değildir. Önceki bölümlerde de tartışıldığı gibi ilişkiler, diğerleriyle ilişki ihtiyaçlarının, diğerlerinden özerklik ve ayrılık ihtiyaçlarıyla çekiştiği *diyalektik süreçlerin* (Baxter ve Montgomery, 1996) örnekleridir. Erbert (2000), 25 evli çiftin çatışmalarını araştırmak ve çatışmalarında diyalektik çelişkilerin ne ölçüde rol oynadığını belirlemek için birden çok yöntem kullanmıştır. Erbert, diyalektik konuların gerçekten önemli olduğunu ve çatışmalarda "özerkliğe karşı ilişkisellik" ve "açıklığa karşı kapalılık" çelişkilerinin çok önemli olduğunu ortaya koymuştur. Bu yüzden, çatışmalar sırasında diyalektik süreçler açık bir biçimde önemlidir.

Ancak yine de diyalektik bir çelişkinin doğasında bulunan çatışma, daha genel olarak ilişkilerin doğasında da vardır ve belirli bir çatışmalı olay ya da davranışa bağlı değildir. Diğer bir deyişle, çatışma/değişime karşı sakinlik/kararlılığın kendisi ilişkilerde diyalektik bir süreç olabilir (Duck ve Wood, 1995; Gottman, 1993a). Erber ve Erber (2001), ilişkileri daha iyileşmiş bir biçimde yeniden yaratma yeteneğinde *yapıcı çatışmanın* "dönüşümsel" olduğuna gönderme yaparak hem olumlu hem de olumsuz anlamda çatışma üzerinde yakın geçmişteki vurguyu tartışmışlardır (Bu Peterson'un [1983] *yapısal iyileştirme* kavramına benzemektedir). Fakat Erber'ler, ayrıca düşmanca iletişimleri içerebilen ve çatışmayı tırmandırarak ilişkinin bitmesine yol açabilen *yıkıcı çatışmaların* doğasındaki güçlükleri de görmüşlerdir.

Bu bölümde, çiftler arasındaki ilişkilerdeki yıkıcı çatışmalar üzerinde belirli bir ayrıntıda durulmasına karşın, çatışmanın başka yakın ilişkilerde (ör., ana baba ve çocuklar ya da arkadaşlar arasındaki) doğal olarak nasıl anlatım bulduğunun da kısaca ele alınmasında yarar vardır.

Ailelerde ve Arkadaşlıklarda Çatışma

Ana Babalara Karşı Çocuklar

"Ana babalara karşı çocuklar" başlığı bilinçli olarak seçilmiştir çünkü ana baba ve çocuklar arasında genellikle sevgi dolu ilişki ve etkileşimlerin olmasına karşın, bazen en mutlu anlarda bile hem ana babalar hem de çocuklarda bir "bize karşı onlar" duygusu canlanabilir. Bilim insanları, ana baba davranışlarının çocuklar üzerindeki etkisini vurgulayarak, sık sık ana baba/çocuk çatışmasına *tek yönlü bir bakış açısını* benimsemişlerdir, fakat daha yakın bir geçmişte "çocukların ana babaları ve her

iki tarafın birbirini nasıl etkilediklerini de" vurgulamak için çift yönlü yaklaşım da araştırılmıştır (Canary, Cupach ve Messman, 1995, s. 53). Ana babalar çocukların davranışlarını biçimlendirdiği gibi (çatışmalarla ya da başka türlü), çocuklar da ana babaların davranışlarını biçimlendirirler. İlişki öykülerindeki partnerlerin, ana baba ve ailelerinin çatışmaları ele alış biçimlerinden nasıl etkilendiklerini bir düşünün.

Çocuklar ve ana babalar arasındaki çatışmalar, çocukların çatışmaları yöneten kurallar hakkında bilgi sahibi olmaya başladıkları 18-24'üncü aylar arasındaki dönemde başlar. Erken çocukluk dönemi boyunca çocuklar, çatışmaların nasıl temsil edileceği, haklı gösterileceği ve yönetileceğine ilişkin giderek daha fazla deneyim kazanırlar. İnanılmaz derecede gözlemcidirler ve çatışma yönetimine ilişkin bilgilerini, ana babalarıyla kendi deneyimleri kadar, ana babalarının etkileşimlerinden, kardeşlerinin etkileşimlerinden ve benzerlerinden yararlanarak geliştirirler (Canary ve ark., 1995).

Çatışma becerilerinin ilk olarak erken çocukluk döneminde gelişmesine ve geç çocukluk yılları boyunca daha da gelişmesine karşın, ana baba/çocuk çatışmalarının asıl öne çıktığı dönem ergenlik yıllarıdır. Canary ve arkadaşları (1995), çatışmayla ilgili olarak ergen gelişimi üzerine bir dizi kuramsal bakış açısını ayrıntılandırmışlardır ve genel olarak öyle görünmektedir ki, ergenlik dönemindeki biyolojik değişimler kadar bilişsel ve duygusal olgunlaşma da ergeni daha fazla özerklik yönünde itelemektedir. Özerkliğe doğru bu iteleme, ana babalar çocuklarındaki değişime uyum sağlamaya çalışırlarken, ana baba/çocuk ilişkisinde zikzaklara yol açar. Bu dönemde, önceki aile kural ve örüntüleri daha bir vurgulu hâle gelir; böylece eğer ana babalar erken yaşlarda çocukla uğraşırken kararlı ve esnek davranmışlarsa, çatışmaların doyurucu bir biçimde çözülmesi olasılığı daha yüksektir. Ancak, eğer ana babalık biçemlerinde tutarsız ve aşırı katı davranmışlarsa, ergenlikte özerklik arayışı ana baba/ergen ilişkilerinde krizlere yol açabilir.

Canary ve arkadaşları (1995), Paikoff ve Brooks-Gunn'ın (1991) çalışmalarına gönderme yaparken, bu dönemde hem ergenlerin hem de ana babalarının gelişimsel görevlerinin olduğuna işaret etmişlerdir. Ergenler, başkalarının (özellikle de ana babaların) beklentilerini göz önüne alırken, özerkliklerini artırma gereksinimi duyarlar. Ana babalar, çocuğun yalnızca ana babanın her istediğini yapmayacağını kabul edip, artan özerkliğine saygı duyarlarken, ana babalık rollerini de sürdürme gereksinimi içindedirler. Bu gerçekte, evli çiftler gibi uzun süreli partnerlerin birbirleri için yapmak zorunda oldukları uyarlanmadan çok farklı değildir.

Arkadaşlıklar

Bu kitapta daha önce de tartışıldığı gibi, ait olma gereksinimini doyurmanın önemli bir yolu, arkadaşlara sahip olmaktır. Dahası arkadaşlıkların doğası, gönüllü olmaları nedeniyle, benzersizdir. Arkadaşlık için hiçbir sözleşme ya da yasal zorunluluk yoktur; böylece arkadaşlıklardaki karşılıklılık bir anlamda seçime dayalıdır. İlginç bir biçimde, seçimin bu yönü, arkadaşlıklardaki çatışmalarla, sık sık aile içinde görülenlerle olduğundan daha incelikli olarak başa çıkılması gerektiği anlamına gelir.

Çocuklar aile içinde çatışmalarla başa çıkmayı öğrendikçe, arkadaşlıklardaki yapıcı ya da yıkıcı olabilecek çatışmalarla uğraşma konusunda da deneyim kazanırlar (Canary ve ark., 1995). Dört yaşındaki çocuklar, belirli bir oyuncakla kimin oynayacağı ya da yemek sırasında en büyük kurabiyeyi kimin alacağı konusunda anlaşmazlığa düşebilirler. Arkadaşlığın özellikle önemli olduğu ergenlik döneminde (Collins ve Laursen, 2000), arkadaşlarla olan çatışmalar, ailelerle olanlarla karşılaştırıldığında daha az olumsuz ve daha az şiddetlidir (Canary ve ark., 1995). Fakat çatışmalar yine de vardır ve bir arkadaşlık ilişkisi derinleştikçe ve ödüllendiriciliği arttıkça çatışmalar da artar (Fehr, 1996). Arkadaşlar kızarlar ve birbirleriyle tartışırlar.

Ergenler ve genç yetişkinler, görece küçük çatışmaları daha önemli olanlarından ayırt etmeyi öğrenirler (Canary ve ark., 1995) ve arkadaşlıklardaki çatışmaların nedenleri, kayıtsız, can sıkıcı, rahatsız edici ve benzeri davranışları da içine almak üzere diğer yakın ilişkilerdekilere benzer. Arkadaşlıklarda ve romantik ilişkilerde güveni kötüye kullanma önemli bir çatışma nedenidir (Baxter, Mazanec, Nicholson, Pittman, Smith ve West, 1997; Fehr, 1996). Arkadaşlar, çatışmaları tartışarak ve üzerinde çalışarak yönetebilirler, fakat bazen ilişkinin devamı açısından zararlı bile olsa, sık sık çatışmadan kaçınırlar.

Arkadaşlıklardaki çatışmaların daha sık araştırılmamasının bir nedeni, aile ilişkileri, romantik ilişkiler ve özellikle evlilik ilişkilerinin, ilişkilerle ilgilenen bilim insanlarının ilgisini daha çok çekmesidir.

Romantik ve Evli Çiftlerde Çatışma

Daha önce de belirtildiği gibi, çatışmalar çiftler arasındaki ilişkilerin çoğunda bulunmaktadır ve etkileşimlerde geçerlik kazanan karşılıklı konuşmaya dayalı sürecin bir parçası olarak gerekli bile olabilir. Bu yüzden, çiftler için çatışma, bir "eğer" sorusundan çok bir "neden ve nasıl" sorusudur.

Çatışma, farklı çiftlerde farklı derecelerde ortaya çıkar. İlişkileri sıkıntılı olmayan çiftler için yaklaşık *haftada bir* çatışmadan, sıkıntılı çiftler için *günde bir* ya da daha fazla çatışmaya kadar değişir (Canary ve ark., 1995). Tıpkı arkadaşlıklarda olduğu gibi, ilişki derinleştikçe partnerler arasındaki karşılıklı bağımlılık artar ve hem doyum hem de çatışma gizilgücü yükselir (Braiker ve Kelley, 1979). Sprecher ve Felmlee'nin (1993), çiftler üzerinde çalışırken ortaya çıkardıkları gibi, "İlişkinin başlangıç evrelerindeki yoğun sevgi duyguları, bireylerin ilişkiye yüksek düzeyde duygusal yatırım yaptıklarına işaret etmektedir ki bu yatırım, daha sonra çatışma olasılığını artırabilir" (s. 123). Bu bulgulara ilişkin bilgi, Antonio ile yaşadıkları çatışmalar nedeniyle kaygı duyan Maria'ya güven verebilirdi.

Sıkıntılı Çiftlerin Nitelikleri

Yüklemeler üzerinde daha önceki tartışmayı ilişkileri sıkıntılı çiftleri de kapsayacak biçimde genişletirsek partnerler, birbirleri hakkında daha olumsuz yüklemeler yapmak ve olumsuz davranışları daha içsel ve kararlı nedenlere yüklemek eğilimindedir. Ayrıca, partnerlerinin olumsuz davranışlarını "genel, ... kötü niyetli, bencilce güdülenmiş ve suçlanabilir" olarak değerlendirmek eğilimindedirler de (Fincham,

Beach ve Nelson, 1987, s. 71). Garip bir biçimde, sıkıntılı çiftlerde, kişiler partnerlerinin olumlu davranışlarını, geçici durumsal etmenlerden kaynaklandıkları düşüncesiyle dikkate almama eğilimindedirler de. Ancak sıkıntılı olmayan çiftlerde, bu süreçler tersine işler; öyle ki bir partnerin olumlu davranışları sürekli, olumsuz davranışlarıysa geçici olarak görülür. Kültürlerarası bulgular partner etkileşimleri konusunda ek bilgiler sunar. Halford, Hahlweg ve Dunne'ın (1990) da işaret ettikleri gibi, "mutsuz çiftlerin en çarpıcı özellikleri, olumsuz etkileşimleri sona erdirememeleridir, özellikle de sözsüz iletişimlerde... Tersine mutlu çiftler, böyle bir süreci yatıştırabilir ya da başlatmaktan bütünüyle kaçınabilirler." (s. 499). Lisa ve Peter ilişkilerinde mutluydular; bu nedenle çatışmalarla her zaman çok iyi başa çıkamamış bile olsalar, çatışmaları sürekli tırmanmadı.

Sıkıntılı çiftlerin diğer bir sorunu da ilişkileri sıkıntılı olmayan çiftlerle karşılaştırıldığında, iletişimlerinin daha az açık olması eğilimidir. Noller ve Venardos (1986), yüksek ya da orta derecede uyumlu partnerler birbirleriyle iletişim kurduklarında, partnerlerin iletişime ilişkin değerlendirmelerinde daha esnek olduklarını ortaya koydu. Bazen partnerin iletişimini doğru yorumladıklarından emin görünüyorlar; bazen de kendi yorumlarına daha az güveniyorlardı. Böyle partnerler bu değerlendirmelerinde oldukça doğru olmak eğilimindeydiler de. Ancak, zayıf uyumlu partnerler, doğru ya da yanlış olmalarına bakılmaksızın, partner iletişimlerine ilişkin bütün yorumlarından eşit derecede emindirler. "Böylece, evlilik uyumu düzeyi düşük çiftlerin hem iletişimlerinin doğruluk derecesi diğer çiftlerinkilerden daha düşüktür hem de bu çiftler bu belirsizliğin daha az farkındadır." (s. 40).

Sillars ve arkadaşlarının yakın geçmişteki bulguları, bir dizi araştırmayla tutarlıdır (Sillars, Roberts, Leonard ve Dun, 2000). 118 evli çift üzerinde yaptıkları bir araştırmada, eşlerin kendi davranışlarını partnerlerininkilerden daha olumlu değerlendirmek eğiliminde olduklarını ve sıkıntılı çiftlerde daha ciddi çatışmalarla ilgili olarak partnerlerin çok öznel ve biraz da düşmanca davrandıklarını görmüşlerdir. Böylece olumsuz iletişim döngüsü, çatışmaları tırmandırır ve daha ileri düzeylere taşır. Olumsuz değerlendirme/yüklemeler tekrar belirtelim çatışmayla ilişkilidir.

Çatışmayı Ele Alma Yaklaşımları

Çatışma süreciyle ilgili bir başka bakış açısı Rusbult ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Rusbult ve Zembrodt, 1983). Bu araştırmacılar çatışmanın daha önce tartışılan *girme/kaçınma* (*etkenlik/edilgenlik* adı da verilir) boyutuna, *yapıcılık/yıkıcılık* boyutunu da eklemişlerdir. İki boyutu kesiştirerek ilişkisel çatışmaya dört farklı yaklaşımı temsil eden dört çeyrek oluşturmuşlardır: (1) **çıkış** (çatışmayı ve partneri terk etme, etkin ve yıkıcı); (2) **konuşma** (odağı problem çözümü içine çekme, etkin ve yapıcı); (3) **bağlılık** (çatışmadan kaçınma fakat partnere bağlı kalma, edilgen ve yapıcı) ve (4) **yokmuş gibi davranma** (partneri ve çatışmayı görmezden gelme, edilgen ve yıkıcı). Çıkış ve yokmuş gibi davranma benzeri olumsuz başa çıkma yöntemlerinin, olumlu başa çıkma yöntemlerinin olumsuz etkilerinden daha güçlü olumsuz etkilerinin olduğu gösterilmiştir (Rusbult, Johnson ve Morrow, 1986). Böyle bulgular, ilişkisel olumsuzlukların ilişkisel olumluluklardan daha güçlü olduğunu gösteren diğer araştırmalarla da tutarlıdır (Gottman, 1994; Meeks ve ark., 1998).

Christensen ve arkadaşları (Heavey, Christensen, Malamuth, 1995; Sagrestano, Christensen ve Heavey, 1998), çiftler arasında yaşanan çatışmaların anlaşılması için **isteme/geri çekilme** döngüsü adı verilen bir başka yol önermişlerdir (6. Bölüm'de kısaca tartışılmıştır). Bu olaylar ardışıklığı içinde, partnerlerden biri (genellikle kadın), partnerinden ilişkide değişiklik isteyerek isteme davranışını yerine getirir. Diğer partner (genellikle erkek), ilişkide değişiklik/isteme girişimine direnir ve partnerinden uzaklaşarak geri çekilme davranışında bulunur. Canary ve arkadaşları (1995), isteme/geri çekilme döngüsü için, getirilen araştırmaları tartışmışlardır. Bunların en dikkate değer olanlarına göre ya kadınlar ilişkisel olarak daha duyarlı ve iletişimde daha yeterlidir; dolayısıyla da ilişki değişikliği gereksinimleri için de daha duyarlıdırlar ya da erkeklerden daha fazla ilişki değişikliği ararlar çünkü erkeklerle karşılaştırıldığında kadınlar genellikle evlilikten daha az kârlı çıkan taraftır. Pek çok araştırma, isteme/geri çekilme döngüsünü incelemiştir ve gerçekte, öyle görülüyor ki döngü, ilişkide değişikliği kimin istediğiyle, ilişkisel duyarlıkla olduğundan daha fazla ilgilidir. Diğer bir deyişle, karşıtcinsel bir ilişkide kadınlar değişiklik istediklerinde ki istemek eğilimindedirler ve erkek partner geri çekilir ancak bir ilişkide erkek değişiklik isterse, kadın partner geri çekilir (Klinetob ve Smith, 1996; Sagrestano ve ark., 1998). Bu döngüyü önemli kılan, ilişki doyumuyla bağlantısıdır çünkü bir partner istediğinde ya da geri çekildiğinde bu çatışmaya neden olur ve sonuç ilişki doyumsuzluğudur (Heavey ve ark., 1995).

Roberts (2000), bütün geri çekilmelerin aynı olmadığına dikkati çekerek, evli çiftler üzerinde bir çalışmada iletişim, çatışma ve sorunlu ilişkilerin karmaşık bazı yönlerini açıklığa kavuşturmaya çalışmıştır. Diğer bir deyişle, kadından değil de kocadan geldiğinde geri çekilme daha mı olumsuzdur? Bir etkileşimden kızarak geri çekilme, duygusal olarak bir partner için çatışmadan kaçınma, amaçlı geri çekilme kadar olumsuz mudur? Roberts, her iki soruya verilecek yanıtın da hayır olabileceğini göstermiştir. Kadınların yakın ilişkiden geri çekilmeleri kocalarda evlilik açısından daha fazla soruna yol açıyordu, fakat bunun tersi doğru değildi. Fakat kadınlarda sıkıntı yaratan şeyse, kocalarının düşmanca tepki vermeleriydi. Böylece gerçekte, Maria'nın Antonio'ya yaptığı gibi, kadınlar düşmanca yaklaşıma olumsuz tepki veriyorlar ve kocalar da Peter'in Lisa'ya yaptığı gibi geri çekilmeye olumsuz tepki veriyorlardı. Roberts'in işaret ettiği gibi bu örüntü, yazındaki ilişkilerde kadınlar ister, erkekler çekilir ve kadınlar sıkıntıya düşer kalıpyargısıyla çelişmektedir.

Ancak örüntü daha karmaşıktır çünkü erkeğin çatışmadan kaçınma biçimindeki geri çekilmesi her zaman değil ama bazen kadın için sorunlu olabilir. "Bir kadın, eğer seçeneği düşmanca tepkilerse kocasının çatışmadan kaçınma amaçlı davranışlarına olumlu tepki verebilir. Diğer yandan, eğer kocasının düşmanca davranışlar sergilemesi olasılığı düşükse, kocasının çatışmadan kaçınıcı davranışları kadının ilişki için olumlu duygularını sarsabilir." (s. 704). Gerçekten başka bir araştırmaya göre de (Caughlin ve Vangelisti, 2000), isteme/geri çekilme konuları cinsiyetle, partnerlerin ve aralarındaki ilişkinin belirli özellikleriyle olduğundan daha az ilişkili görünmektedir. Düşmanca davranmanın ya da geri çekilmenin, belirli herhangi bir çatışmayı yaşayan belirli bir çifti nasıl etkileyeceğini bilmek zordur. Bu nedenle, çatışmalar sırasında düşmanlık ve geri çekilmeden farklı yöntemler kullanma, büyük bir olasılıkla daha akılcı olacaktır. Çatışmalarla kendi başa çıkma biçiminizi daha iyi anlamak için bir sonraki sayfadaki Ayraç Kutusu'ndaki sorulara bakınız.

Ayraç Kutusu

Çatışmayla Başa Çıkma

Yakın geçmişte romantik bir partner, bir arkadaş ya da bir aile üyesiyle yaşadığınız bir çatışmayı düşünün. Şu sorulara bir göz atın:

- Ne gibi tepkiler vermiştiniz?
- Bütünüyle haklı olduğunuzu mu düşünmüştünüz?
- Diğer kişi hakkında yüklemelerde bulunmuş muydunuz? Eğer bulunmuşsanız ne tür yüklemelerde bulunmuştunuz?
- Diğer kişiyi ya da durumu suçlamış mıydınız?
- Sorunu sakin bir biçimde mi tartışmıştınız, yoksa sert ve düşmanca sözler mi kullanmıştınız?
- Çatışmadan sonra ilişkiniz daha mı iyi idi, yoksa daha mı kötü?

Şimdi de siz yetişirken ailenizde çatışmalarla nasıl başa çıkıldığı üzerinde düşünün.

- Bu, sizin kendi ilişkilerinizde çatışmalarla başa çıkma biçiminizi nasıl etkilemektedir?
- Çatışmalarla başa çıkma biçiminizden memnun musunuz? Eğer değilseniz ne gibi farklılıklar isterdiniz?

Bilim insanı ve ilişki araştırmacısı John Gottman (1993b) hem çatışmalara yaklaşımları hem de evliliklerinin genel kararlılığı temelinde bir çiftler sınıflaması önererek, çatışma biçemleri açısından çiftler arasındaki farklılıkları vurgulamıştır. Çiftler üzerinde yaptığı boylamsal çalışmalara dayalı olarak Gottman, kararlı üç çift türü betimlemiştir: *kaçınıcılar, geçerleyiciler ve kararsızlar*. Kaçınıcılar, çok sabırlı olmak ve sorunun çözümünü zamana bırakmak ya da sorunun kendi kendine ortadan kalkmasını beklemek eğilimindedirler; çatışmalarla yüz yüze gelmek onların işi değildir (Çiftlerin çatışmadan kaçınma stratejisinin, bir partnerin istemesi ve diğerinin kaçınıp/geri çekilmesinden çok farklı olduğuna dikkat ediniz). Geçerleyiciler, yaklaşımlarında destekleyici ve sorun çözücüdürler ve ılımlılık başarılarının anahtarıdır. Son olarak kararsızların, çok sayıda olumlu ve olumsuz duyguları vardır; çatışmalarla savaşır ve tutkulu bir biçimde barışırlar. İki kararsız çift türü ise *düşmanca* çiftler ve *düşmanca/kopmuş* çiftlerdir. Düşmanca çiftler, çok olumsuz çatışmalara girerlerken, düşmanca/kopmuş çiftler olumsuz çatışma biçimlerine duygusal uzaklığı da ekliyorlardı. Gottman'ın da işaret ettiği gibi, bir ilişki için olumlu ya da olumsuz bir çatışmanın yalın bir biçimde ortaya çıkması değil, çatışmayla nasıl başa çıkıldığıdır. İlişki öykülerindeki çiftlerin çatışmalarla başa çıkmada sorunlar yaşamalarının nedeni, bir partnerin yaklaşımının diğerininkinden daha iyi olmasından çok, partnerlerin yaklaşımlarının farklı olmasıdır.

Gottman'a göre (1994), ilişkide başarının bir anahtarı da ilişkideki olumsuz duygusal yaşantı ve olayların olumlulara oranıdır. Gottman, eğer bir çift ilişkilerinde bir olumsuza karşı beş olumluyu sürdürebiliyorsa, ilişkinin kararlı ve sağlıklı olacağına inanmaktadır. Olumluların olumsuzlara ağır basması fikri, toplumsal değişim (mübadele) kuramıyla (doyumlu bir ilişkide ödüller bedellere ağır basmalıdır) ve 35 günlük bir sürede çiftlerin girdikleri cinsel ilişki sayısından girdikleri tartışma sayısı çıkarılarak evlilik doyumunun kestirilebileceğini gösteren önceki araştırmalarla (Howard ve Dawes, 1976) çok tutarlıdır. İdeal oran, 2'ye 1, 5'e 1 ya da 10'a 1 de olsa, bir ilişkinin yaşayabilmesi ve gelişebilmesi için olumluların olumsuzlara ağır basması gerektiği açıktır.

İlişkisel Güç

Güç, karşıtcinsel yakın ilişkilerin hemen hemen tüm yönleriyle ilgilidir; özellikle de çatışmalarla. "Tarihsel olarak evlilikte gücün büyük bölümü kadınlardan çok erkeklerin elinde görülmüştür" (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992, s. 186). Bazılarının, aile ortamlarında kadının daha fazla güce sahip olduğunu savunmalarına karşın, kadınların gücü French ve Raven (1968) tarafından önerilen beş çeşit toplumsal güçten yalnızca biridir ve en az güçlü olanıdır ki bu, *simgesel güçtür* (çekicilik ve sevgiyle ilişkili güç). Geleneksel olarak erkekler, diğer dört güç çeşidinin daha fazlasına sahiptirler: ödüllendirme gücü (ödüllendirme yeteneği), *zorlayıcı güç* (yaptırım yeteneği), *meşru güç* (yetkeye dayalı güç) ve *uzmanlık gücü* (bilgiye dayalı güç). Para ve mesleksel saygınlık gibi kaynaklar güçle ilişkilendirilmişse de (10. Bölüm'de tartışıldığı gibi), böyle kaynaklara fazlasıyla sahip olan kadınlar hâlâ yüksek güce sahip olmayabilmektedir.

Toplumda bir grup olarak erkekler, kadınlardan daha fazla güce sahip olmuşlardır ve bu güç ilişkilerde farklılığa yol açmaktadır. Winter, Stewart ve McClelland (1977), kocaların güç için güdülenmişlik derecesine bakmış ve erkekte güç için güdülenmişlik düzeyi arttıkça, kadının mesleksel başarısının azaldığını ortaya koymuşlardır. McAdams (1988), erkeklerdeki yüksek güç güdüsünü yüksek ayrılma ve boşanma oranlarıyla ilişkilendiren değişik bir dizi araştırmayı tartışmıştır.

Ancak genellikle yakın ilişkilerde güç, bir ya hep ya hiç sorunu değildir. Erkekler yakın ilişkilerde, iletişim gibi alanlarda, görece güç kaybı yaşayabilirlerken, çoğunlukla kadınlar bu süreçte daha rahattırlar. Ek olarak eşleriyle cinsel ilişki başlatmaya çalışırken reddedilen kocalar, bu ne kadar incelikle yapılırsa yapılsın, güçlülük dışında her şeyi hissedebilirler.

Güçle ilgili daha kapsamlı bir tartışma bu bölümün amaçları dışındadır fakat çatışmalarla nasıl başa çıkıldığını anlamak için bir ilişkide gücün nasıl dağıldığını bilmek önemlidir. Örneğin; araştırmalar (Heavey ve ark., 1995), isteme/geri çekilme ardışıklığının, bir partnerin değişim isteyip (isteme), diğerinin istememesi (geri çekilme) durumunda gözlendiğini ortaya koymuştur. Değişimi isteyenin daha güçlü partner mi, yoksa daha güçsüz partner mi olduğuna bağlı olarak, bu ardışıklığın sonucu çok farklı görünebilir.

Çatışmalarla Yapıcı Olarak Başa Çıkma

Birçok kez vurgulandığı gibi, çatışmanın patlak vermesi, onunla nasıl başa çıkıldığından çok daha az önemlidir. Gottman (1994), "Kıyametin Dört Atlısı" adını verdiği dört çatışma uyarı işareti önermiştir. Burada bu uyarılar verilmektedir çünkü çatışmalardan kaçınmak ya da onlarla yapıcı bir biçimde başa çıkmak, çatışmaların çözümü için önemli bir strateji hâline gelmektedir. İlk uyarı işareti *eleştiridir*. Gottman bunu yalın olarak yakınmaktan ya da özgül bir davranışa karşı çıkmadan ayırmıştır. Şöyle ki eleştiri, daha büyük ve kapsamlıdır; davranıştan çok kişiye saldırmayı içerir. Ek olarak bir partnerin yakındığı ve diğerinin bu yakınmaya yanıt vermektense, başka bir şeyden yakındığı karşılıklı-yakınma, kısır, verimsiz bir çatışmanın tanımıdır. İkinci uyarı işareti, bir partnerin değerini değersizleştirip, gözden çıkardığı *küçük görmedir*. Üçüncü uyarı işareti, *savunmacılık* ya da kendi payına herhangi bir hatayı kabul etmeye olan isteksizliktir. Dördüncü uyarı işareti ise, belki de dört atlının en yıkıcısı olan, etkileşimden ve partnerden bütünüyle geri çekilmeye karşılık gelen *tıkamadır*.

Bu dört uyarı belirtisiyle başa çıkmak için Gottman (1994), dört çatışma yönetimi stratejisi önermiştir: *sakinleşme, savunmacı olmama, partneri onaylama* ve *olumlu çatışma yönetimi uygulama*. Eğer biri sakinse, her şey daha kolay olacaktır. Eğer biri, savunmacı değilse ve partneri onaylıyorsa, eleştiri azalacak ve partnerin tıkama ya da küçümseme tehlikesi ortadan kalkacaktır.

Diğer araştırmalar, çatışma yönetimi sürecini daha da aydınlatmaktadır. Örneğin Thompson ve Bolger (1999), bir partnerin önemli bir mesleksel sınav için hazırlandığı çiftler üzerinde, çatışmalarda sık sık görülen olumsuz duyguları değerlendirmişlerdir. Bu bir baro avukatlık sınavı idi. Yazarlar, sınav için hazırlanan bireylerin yaşadıkları kaygı ve çökkünlük duygularının, partnerleri tarafından sürekli alay ve yakınmalara konu edilmesine ve sonuçta kaygı ve çökkünlük duygularının partnerlere de geçmesine karşın, bu *duygusal geçişin* sınavdan önceki ay içinde azaldığını ortaya koydular. Diğer bir deyişle, sınava girecek olanların giderek daha çökkün ve kaygılı bir hâle gelmelerine karşın, sanki partnerleri "Bu benimle ilgili değil, baro sınavıyla ilgili" yüklemesini yapıyor ve olumsuz duygulara aşırı tepki göstermiyorlardı.

Aynı araştırmanın (Thompson ve Bolger, 1999) diğer bulguları, "aynı dönemdeki sıkıntıların artmasını önlemede partnerin desteğinin oldukça etkili olduğunu göstermektedir. Bu durum, gerginlik en üst düzeye çıktığında, partnerlerin sınava girecek partnerin gereksinimlerine daha duyarlı hâle geldiklerini" göstermiştir (s. 46). Bu bulgular, partnerler bir çatışmada partnerlerinin konumunun haklı görülebilir olduğuna inandıklarında, partnerlerini dinlemeye daha istekli olduklarını gösteren başka araştırmalarla da tutarlıdır (Klein ve Lamm, 1996). Kuşkusuz, Gottman (1994), partnerin konumunu dinlemek için öncelikle sakin ve savunmacı olmama gereğine işaret etmiştir. Bu yüzden, partner sıkıntılı bir dönemden geçerken, kişinin partnerin bakış açısının meşruluğunu kabul etmesi ve hoşgörülü olması, etkili diğer çatışma yönetim teknikleridir. İzleyen Ayraç Kutusu, çatışmalarla başa çıkmada kullanılabilecek bazı stratejileri sunmaktadır.

Ayraç Kutusu

Çatışmalarla Başa Çıkma Yolları

Çatışmalarla daha etkin olarak başa çıkabilmek için aşağıda verilen yollardan bazılarını kullanmaya çalışın. Bunlar bu bölümde tartışılan araştırmaların bulgularına dayanmaktadır, bir terapistin verebileceği ve sağduyuya dayalı önerilerdir.

- Aç ya da yorgun olduğunuzda çatışmadan uzak durun.
- Uzlaşmaya hazır olun.
- Özgül bir konuyla ilgilenin, birikmiş sorunlarla ya da birinin kötü duygu durumuyla değil.
- Konuya odaklanın-dikkatinizi başka şeylerle dağıtmayın.
- Tarafsız (nötr) bir yerlerde konuşun (Yatak odasında DEĞİL).
- Kendinize zaman tanıyın, aceleye getirmeyin.
- Mizah anlayışınızı hazır tutun.
- Dürüstçe kavga edin, suçlamaktan kaçının.
- Tatildeyken tartışma başlatmayın.
- Savunmaya geçmemeye dikkat edin (Bu zor olanlardan biridir).
- Eğer çatışma kötüye gidiyorsa bir ara verin.
- Onun fikrine katıldığınızı belirtmeniz dışında partnerinizin sözünü kesmeyin.
- Partnerinizi dikkatle dinleyin.
- Partneriniz konuşurken ona bakın.
- Tartışmaya siz egemen olmayın.
- Çatışmalara çözüm ararken yaratıcı olun.

Çatışma, önümüzdeki yıllarda daha pek çok araştırmaya yol açması beklenen ilginç ve karmaşık bir olgudur. Cupach (2000), çatışmanın özünü yakalamanın, zaman içinde bir noktada bir sorunu değerlendirmeden daha fazla bir şey olduğuna dikkat çekerek, çatışmaların incelenmesinde dikkate alınması gereken birçok yol açıklamıştır. Bir ilişkide çatışma bir kezlik bir sorun olabilir ancak eşit bir sıklıkla yalnızca ilişkisel bir "buzdağının" görünen kısmı da olabilir. Ayrıca çatışma çalışmalarını, diğer ilişkisel davranış çalışmaları içine gömmek de önemlidir. İletişim ve toplumsal destek gibi şeyler, çatışmaları ne ölçüde ılımlılaştırır? Son olarak, çatışmaların nedenleri ve çözümleri çoklu düzeylerde nasıl ele alınabilir: Birey içinde, kişilerarası, toplumsal ağ içinde ve topluluksal düzeyde? Ayrıca, çatışmaları çözümleme birimi olarak, ayrı ayrı partnerler yerine çiftler üzerinde araştırma özellikle yararlı olacaktır (Ridley, Wilhelm ve Surra, 2001). Çatışmalar birçok çift ilişkisinin

temel bir yönüdür ve başarılı bir biçimde başa çıkılabilirse ilişkiyi güçlü bile tutabilir (Gottman, 1994).

İlişkilerde Kötüye Kullanma

Aynı bölümde tartışılmalarına karşın, çatışma ve *kötüye kullanma* aynı şeyler değildir. İlişkilerde çatışmayla sık sık karşılaşılır ve uygun bir biçimde ele alındığında ilişkinin gelişmesine yardımcı olabilir. Fakat kötüye kullanma çok farklıdır. İster fiziksel isterse cinsel olsun, kötüye kullanma konusu ilişki araştırmacıları, ilişkide olan insanlar ve bir bütün olarak toplum için derin ve çok ciddi bir konudur. Kötüye kullanma konusu üzerinde bu bölümde yalnızca kısaca durulacaktır; kapsamlı gözden geçirme çalışmaları başka yerlerde bulunabilir (Christopher ve Lloyd, 2000; Johnson ve Ferraro, 2000; Lloyd ve Emery, 2000a, 2000b).

İlişkilerde *kötüye kullanma/şiddet/saldırganlık* (bu bölümde birbiri yerine kullanılmıştır) sözel ya da davranışsal olabilir. Buna karşın, ister kontrol biçiminde, ister güç kullanımı biçiminde olsun, dikkati çeken genelde *davranışsal yönlerdir*. Şiddetin tanımı karmaşıktır ve yoruma açıktır. Bazılarına göre, bir itme ya da dürtme şiddet olarak kabul edilirken bazıları tarafından edilmez. Ancak partnerin burnunu kırmak, hemen hemen herkes tarafından şiddet olarak değerlendirilmek eğilimindedir. Tanıma bağlı olarak, fiziksel ya da cinsel saldırganlık yakın ilişkilerin neredeyse yarısına yakın bölümünde görülebilir (Lloyd ve Emery, 2000a). Gerçekten, her yıl milyonlarca kadın, erkek yakın ilişki partneri tarafından ciddi bir biçimde saldırıya uğramaktadır (Straus ve Gelles, 1990). Kötüye kullanmalar çıkma, birlikte yaşama ve evlilik ilişkilerinde görülmektedir (Lloyd ve Emery, 2000b).

Johnson ve Ferraro (2000), kötüye kullanmanın tek ve bölünmez bir yapısının olmadığına işaret etmişlerdir. Onlara göre, ilişkisel partnerler arasında kötüye kullanmanın dört farklı örüntüsünden söz edilebilir: (1) her iki partnerin de katıldığı ve genellikle fazla büyümeyen **yaygın partnerler arası** şiddet; (2) aşırı kontrolü içeren **yakın ilişki terörizmi** (*ataerkil şiddet* olarak da bilinir [Johnson, 1995]); (3) bir partnerin, diğer partnerin -genellikle kadının erkeğin- egemenliğine direndiği şiddetle direnme ve (4) görece az karşılaşılan ve her iki partnerin de kontrolcü olduğu ve şiddete başvurabildiği **karşılıklı şiddete dayalı kontrol** (Johnson ve Ferraro, 2000). Bu yazarlar, ayrıca *yaygın partnerler arası şiddete* kadınlar ve erkeklerin eşit olarak başvurabildiklerine ve kadınlar sık sık şiddetle direnme gösterebilirken, erkeklerin hemen her zaman *yakın ilişki terörizmi* eylemcileri olduklarına işaret etmektedirler.

Şiddetin farklı türlerine ek olarak, farklı türlerden uygulayıcıları ve şiddet için farklı ilişkisel bağlamlar da vardır (Johnson ve Ferraro, 2000). Örneğin Holtzworth-Monroe (2000), daha önceki şiddet uygulayan erkekler sınıflamasını, en az şiddete başvuran ve psikopatoloji göstermeyen *yalnızca ailede şiddet uygulayıcılarını;* daha fazla şiddete başvuran, duygusal açıdan kararsız ve partnerine bağımlı olan *sınırda şiddet uygulayıcılarını;* aile içinde de dışında da en fazla şiddete başvuran *genellikle saldırgan/düşmanca şiddet uygulayıcılarını* ve yalnızca ailede şiddete başvuranlarla düşmanca şiddet uygulayıcıları arasında yer alan *düşük düzey düşmanca şiddet uygulayıcılarını* da içine alacak biçimde genişletmiştir. Jacobson ve Gottman'ın (1995) benzer bulguları, şiddete başvuran, şiddet uygularken bile duygusal açıdan

rahatsız erkeklerle partnerlerine zarar verirken soğukkanlı ve sakin erkekleri betimlemektedir.

Dikkati en fazla evlilikte uygulanan şiddetin çekmesine karşın, gerçekte şiddet, çıkma, birlikte yaşama ve eşcinsel ilişkilerle her türlü etnik, ırksal ve sosyoekonomik grupta da görülmektedir. Bu nedenle, yakın ilişkilerde şiddetin kapsamlı bir biçimde araştırılmasında, bu tür bağlamsal farklılıkların da göz önünde bulundurulmasına gereksinim vardır.

Kötüye Kullanmanın Nedenleri ve İlişkili Değişkenler

İlişkilerde şiddet bir bireyle başlar, ilişkisel bir bağlamda gerçekleşir, bir kültür ve toplum içine yerleşmiştir. En genel düzeyden başlayarak, akşam haberleri de içinde olmak üzere, tüm iletişim araçlarında şiddet günlük olaylar arasındayken, ilişkisel kötüye kullanmanın bu kadar yaygın olması hiç de şaşırtıcı değildir. Amerikan toplumu, birçok açıdan bir şiddet toplumudur. Kadını kötüye kullanan erkek dinamiği kayıtlı tarih kadar eskidir. Erkek egemenliği, yaygın kültürler, dinsel yetkeler ve hatta İngiliz medeni yasası tarafından desteklenmektedir. *Sağduyu kuralı* (rule of thumb) sözü; kadın, kocasının başparmağından kalın olmayan bir sopayla dövülerek disipline edilmelidir demektedir (Langley ve Levy, 1977). Türkçe'de benzer bir deyim "Kızını dövmeyen dizini döver" sözüdür (Ç.N). Cinsiyet konuları üzerinde 10. Bölüm'de daha ayrıntılı olarak durulacaktır fakat bu noktada, kötüye kullanmaların çoğundan cinsiyeti ayırmanın mümkün olmadığını söylemek yeterlidir. Daha önce de değinildiği gibi, kadınlar ve erkekler pek çok yönden şiddete eşit olarak başvurabilirler ancak kontrolcü ve tırmanıcı şiddete başvuranlar genelde erkeklerdir.

Toplumsal ortamın ötesinde, değişik ilişkisel etmenler, şiddetle ilişkilendirilmiştir. Christopher ve Lloyd (2000), güç ve egemenlik dinamikleri, toplumsal beceri eksikliği, günlük etkileşimlerdeki çatışmalar ve evlilikte sıkıntının hepsinin şiddetle ilişkili olduğuna işaret etmişlerdir. Çıkan çiftler üzerine son zamanlarda yapılan araştırmalar da, bağlanma gibi ilişkisel etmenlerin şiddet kullanımını azaltabileceğini de göstermiştir (Gaertner ve Foshee, 1999). Bu araştırmalarda, ilişki süresi arttıkça şiddet olasılığı da artıyordu ancak yine de bağlanmanın artması şiddet olasılığını azaltıyordu.

Şiddetle ilgili bireysel etmenler; sosyodemografik etmenleri (ör., 30 yaş ve altında olma, yoksulluk içinde yaşama), toplumsal gerginliği, bireysel güç gereksinimlerini, alkol kullanımını ve şiddetin kuşaktan kuşağa aktarılması adı verilen bir olguyu yani şiddetle birlikte büyümeyi içerebilir (Christopher ve Lloyd, 2000; Erber ve Erber, 2001). Bu etmenlerin tümü şiddetle ilgilidir ancak her zaman şiddeti yordamayabilirler öyle ki, 30 yaşın altında, yoksul ya da alkol kullanan insanların hepsi şiddete başvurmaz. Şiddetin kuşaktan kuşağa aktarımıyla ilgili olarak, Johnson ve Ferraro (2000), araştırmaların gerçekte ana baba şiddetinin, şiddeti çok az yordayıcı değerinin olduğuna işaret etmişler ve diğer bilim insanları da şiddetin kuşaktan kuşağa aktarılma düzeyini sorgulamaktadır (Kaufman ve Zigler, 1993). Simons, Lin ve Gordon (1998) tarafından yapılan araştırmalar, "bedensel ceza uygulamalarına sık sık maruz kalmanın çıkmalarda şiddet riskini artırmasına karşın, ana babalar arasındaki saldırganlıkta durumun böyle olmadığını göstermiştir (s. 467). Ana baba arasındaki saldırganlık çıkmalardaki şiddeti yordamamıştır.

Lloyd ve Emery (2000a), özellikle kadınlara karşı saldırganlık olmak üzere, şiddetin yedi önerme ya da "işleyen gözleme" dayalı çok düzeyli bir çözümlemesini

önermektedirler. Bu yaklaşım, belirli bir ayrıntıda tartışılmaya değer çünkü Johnson ve Ferraro'nun (2000) gelecekte şiddet konusunda en verimli kuramsal gelişimi sağlayacaklarına inandıkları daha yeni, daha karmaşık ve ince ayrıntılı yaklaşımlardan bazılarını örneklemektedir.

Lloyd ve Emery'nin (2000a) ilk önermesi şudur: "Kadınların büyük çoğunluğu kendi yakın ilişkilerinde saldırganlıkla hiç karşılaşmayacaklarına inanır." (s. 504). Bu, kadınların saldırganlıkla karşılaştıkları her zaman, değişmez olarak bir şaşkınlık yaşadıkları ve bu davranışı, kötüye kullanma olarak adlandırmakta zorlandıkları anlamına gelmektedir. İkinci önermeye göre; "Saldırganlığa, her zaman ilişkisel sıkıntı ve doyumsuzluk eşlik etmez" (s. 505). Gerçekte, ilişkilerinde fiziksel saldırganlığın gözlendiği partnerler, hâlâ ilişkilerinden doyum aldıklarını belirtebilirler. Marshall ve arkadaşları (Marshal, Weston ve Honeycutt, 2000), kötüye kullanmanın geçerli olduğu ilişkilerde, erkeklerin kadın partnerleriyle ilgilenme ve mutluluklarını gösterme gibi olumlu davranışlarının, kadınlar tarafından belirtilen ilişki kalitesine aracılık ettiğini ortaya koymuşlardır. Bu nedenle, kötüye kullanmanın etkilerinden bazıları olumluluk nedeniyle azalmış görünüyordu ve bu sonuç farklı ilişki türleri (çıkma, birlikte yaşama, evlilik) ve etnik gruplar için geçerliydi.

Lloyd ve Emery'nin (2000a) üçüncü önermesine göre; "Yakın ilişkiler ve saldırganlıkla ilgili söylemler, yakın ilişkilerde saldırganlığı çevreleyen daha geniş bir bağlamın kritik bileşenleridir" (s. 506). Yakın ilişkilerde yaygın söylemler (ör., toplumsal dil); (1) erkekler ve kadınlar arasında gerçek bir eşitliğin olduğu düşüncesini, (2) partnerlerin "bağışlamaları ve unutmaları gerekir" düşüncesiyle romantizmi ve (3) kadınların, erkeklerin cinsel isteklerine uymalarının beklendiği cinsellik kavramını içermektedir. Bütün bu söylemler, kötüye kullanmaya karşı kadınların güçsüzlüğüne katkıda bulunur. Bunlara ek olarak; (1) saldırganın bağışlanması, (2) kurbanın suçlanması, (3) saldırganlığın tanımı üzerindeki tartışmaların sorunun ciddiyetini gizlemesi ve (4) söylenti ve yöntemsel sorunların bir yakın ilişki bağlamında saldırganlığın ölçüsünü daha da gizleme yönünde birlikte işlemesi gibi, saldırganlığı rasyonelleştirmeler de vardır.

Dördüncü önerme "Saldırganlığın kişilerarası etkileşimle kesişiminin, saldırganlık dinamiklerine ilişkin anlayışımızı geliştirdiğini" söylemektedir (Lloyd ve Emery, 2000a, s. 510). Saldırganlığı anlamanın temelinde, iletişim örüntülerinin çözümlenmesi yatar. Bu örüntülerin saldırgan olan ve olmayan ilişkilerde farklılık gösterdiği ortaya konmuştur. Saldırgan ilişkiler daha olumsuz yüklemeler, daha zayıf iletişim becerileri ve daha büyük bir patlamaya hazır oluşluk ve benzerleriyle belirginlik kazanır. Beşinci önerme ise şudur: "Yakın ilişkilerdeki saldırganlıklarda kontrol anahtar bir etmendir" (s. 513). Buradaki konular, M. P. Johnson'ın (1995) *ataerkil şiddet* tanımını anımsatır ve şunları içerir: (1) bir tartışmada baskınlık, (2) hem kadına hem de ilişkiye egemen olma, (3) kadını ilişkide tutma ve (4) sahiplenicilik ve kadına ilişkin bir sahiplenme duygusu.

Lloyd ve Emery'nin (2000a) altıncı önermesine göre; "İhanet duygusu ve kendini suçlama, saldırganlığa hedef olmanın yaygın etkileridir" (s. 516). Bir kadının ortağı ve ilişkisi hakkındaki inançları, onun genel olarak ilişkilerle ilgili görüşü ve genel dünya görüşü içine oturmuş ve yerleşmiştir. Bu nedenle, kötüye kullanmanın neden olduğu travma, kadının benlik ve dünya duygularını da temelinden sarsar. Toplu-

mun kadınlara, cinsellik bekçisi ve ilişkiyi sürdüren kişi oldukları yönünde verdiği mesajlar nedeniyle, ilişkide işler kötüye gittiğinde, kadınlar kendilerini suçlarlar.

Lloyd ve Emery'nin (2000a) yedinci ve son önermeleri şöyle demektedir: "Fiziksel ve cinsel saldırganlık kurbanları değişik birçok yöntemle susturulur." (s. 517). Kadınlar yaşadıklarını anlatacak sözcük bulmakta zorlanabilir, aile ve arkadaşların tepkilerinden korkabilir ya da yakın ilişkilerde kötüye kullanmaya, kötüye kullanmadan başka her adı veren yaygın toplumsal söyleme inanabilirler. Durum ne olursa olsun, kadınlar yaşadıklarıyla ilgili olarak genellikle sessiz kalırlar. Bu nedenle, sessiz kalan kadınların sayısının, konuşmaya istekli olmaya başlayanlardan daha fazla olması şaşırtıcı değildir.

Kötüye Kullanmanın Sonuçları

Fiziksel ve duygusal olarak kötüye kullanılan erkekler de bu durumdan olumsuz etkilenmekle birlikte, araştırmaların çoğu daha çok kadın kurbanlara gönderme yapmaktadır ve gerçekten kadınlar genellikle daha ciddi sonuçlara katlanmaktadır (Johnson ve Ferraro, 2000). Fiziksel sonuçlar çoktur ve kemik kırılmalarını, beyin sarsıntısını, görsel/işitsel bozuklukları ve benzerlerini içerir. Kuşkusuz, en ağır fiziksel sonuç ölümdür. Dolaylı etkiler, kurbanın içki ve sigara içmek gibi, sağlık açısından riskli davranışlarının artmasıdır. Sonradan ortaya çıkan duygusal etkilerse "özsaygının ve esenlik duygusunun azalmasını, erkeklere güvensizliğin artmasını, daha büyük bir toplumsal yalıtılmışlığı, gerginliği, depresyonu ve geri çekilmeyi, ayrıca travma sonrası stres bozukluğuyla ilişkili belirtileri içerir" (Christopher ve Lloyd, 2000, s. 333). Bir kadının kötüye kullanılmasının çocukları üzerindeki etkileri, artan saldırganlık ve çocuk suçluluğu kadar kaygı, azalan özsaygı ve depresyon gibi psikolojik etkileri de içerir (Johnson ve Ferraro, 2000). Kadınlar aynı zamanda, onları yoksulluğa ve hatta evsizliğe iten işle ilgili ciddi sorunlarla da karşılaşırlar (Johnson ve Ferraro, 2000). Etkiler sonsuzdur (Walker, 1994).

Anlatılan sonuçlar ışığında, akla kaçınılmaz olarak, "Öyleyse kadınlar neden ilişkide kalmaya devam ederler?" sorusu gelmektedir. Johnson ve Ferraro'nun (2000) işaret ettikleri gibi, devam etmezler! Çoğunluğu olmasa da bu durumdaki pek çok kadın kötüye kullanıcı ilişkiyi terk etmektedir. Fakat terk etme süreci, birçok girişimden sonra başarılabilir ve kadın barınaklarındaki avukatlar da içinde olmak üzere, kadının toplumsal destek sistemi içindeki başkalarının sabırlı olması bir zorunluluktur. Burada belirtilmek istenen, kadınların dirençli oldukları ve bazen terk ederek, bazen de kötüye kullanmayı sona erdirerek, kötüye kullanmayla başa çıkmak için çok çalıştıklarıdır.

Terk etme kararı yalın bir karar değildir ve bir dizi şeyin göz önüne alınmasını gerektirir. Choice ve Lamke (1999), kalma/terk etmeyle ilişkili dört kuramın bileşenlerini, tek bir çerçeve içinde birleştirmişlerdir. Kurban kendisine iki temel soru sorar: ilişkinin getirileriyle götürülerinin bir değerlendirmesini içeren "Terk edersem daha iyi olur mu?" ve kadının ilişkiyi terk etmek için kaynaklarını ve engelleri değerlendirmesini içeren "Yapabilir miyim?" Düzenli bir çıkma ilişkisinde şiddete maruz kalan 126 kişi üzerine yapılan bir araştırmanın sonuçları "Terk etsem daha iyi olur mu?" sorusunun anahtar olduğunu göstermiştir. Bu araştırmanın bulguları başka bir araştırmanınkilerle tutarlıdır (Marshall ve ark., 2000); yani kadınların kalma/terk etme kararları çözümlenirken, olumlu yönler kadar olumsuz yönlerin de

değerlendirilmesi gerekmektedir. Eğer ilişkiden kazanılanlar azalır ya da ilişkide şiddet artarsa, bir kadının kötüye kullanıcı bir ilişkiyi terk etme olasılığı artabilir (DeMaris, 2001; Kirkwood, 1993).

İlişkide kötüye kullanma sorununun tek çözümü, ilişkinin bitirilmesi değildir. Kötüye kullanıcı bir ilişki yaşayan bazı partnerler, terapi, öfke yönetimi ve diğer yöntemlere olumlu tepki vermektedirler ve bazı kadınlar kendileri görüşüp anlaşarak kötüye kullanmaya bir son verebilmektedir (Johnson ve Ferraro, 2000). Fakat sık sık şiddet yatak odasına da uzanır ve ilişkide şiddet tartışmaları, cinsel saldırganlık ve kötüye kullanmayı görmezden gelemez.

Cinsel Saldırganlık

Cinsel şiddet, genellikle "evlilikte cinsel tecavüz" ve "çıkmada cinsel tecavüz" başlıkları altında ele alınır. *Evlilikte tecavüz* oldukça yeni bir deyimdir ve eğer iki insan evliyse, otomatik olarak birbirleri üzerinde cinsel hakları vardır düşüncesiyle, bazı insanlar hâlâ evlilikte cinsel tecavüzün olabileceğine inanmayabilir. Fakat gerçekten de yasa evlilikte cinsel tecavüzün varlığını tanımaz. Ne kadar yaygın olduğunun izlenmesi çok zor olmakla birlikte, evlilikte cinsel tecavüzün, evliliklerin yaklaşık %10-15'inde bir gerçek olduğu tahmin edilmektedir (Christopher ve Lloyd, 2000). DeMaris (1997) tarafından yapılan bir çalışma, şiddet eğilimli kocaların, şiddet eğilimli olmayanlarla karşılaştırıldığında eşleriyle daha fazla cinsel ilişkide bulundukları ve bu cinsel ilişkilerden bazılarının zorla olduğunu göstermiştir. Kadının yakın ilişkisinde genel korkusunun en güçlü yordayıcılarından biri, cinsel ilişkiye zorlanmaktır (De Maris ve Swinford, 1996). Kadınlar, eğer tecavüzlere dikkat çekerlerse dövülmekten, çocuklarının cinsel şiddetten haberdar olmasından ya da kocalarının cinsel gereksinimlerine hizmet etme eşsel görevlerini bırakacak olmaktan çekinirler. Bu nedenle de böylesi cinsel saldırıları genellikle kendilerine saklarlar (Christopher ve Lloyd, 2000).

Bir zamanlar *flört ilişkisinde tecavüzün* (5. Bölüm'de de tartışılmıştır) çok nadir olduğu düşünülüyordu ancak bugün durum artık değişmiştir. Bir üniversite örnekleminin yaklaşık %50'si, çıkma ilişkilerinde cinsel yakınlığın düzeyi ile ilgili anlaşmazlıkların olduğunu belirtmiştir (Byers ve Lewis, 1988) ve bütün üniversiteli kadınların %15'inin istenmeyen cinsel ilişki yaşamış olmaları büyük bir olasılıktır (Koss ve Cook, 1993). Tutarlı rakamlar vermek zor olmakla birlikte, önemli sayıda çıkan çift, cinsel saldırganlığı yaşamaktadır. Araştırmacılar, flört ilişkilerindeki tecavüzlerin hiç değilse bazılarını, partnerler arasındaki cinsel yanlış iletişime yüklemişler (Shotland, 1989) ve diğer araştırmalar, kadınların cinsel açıdan "evet" demek istedikleri hâlde genellikle "hayır" dedikleri kalıpyargısının, flört ilişkisi tecavüzlerinde kurbanlara ve saldırganlara yönelik tutumları etkilediğine işaret etmektedir (ör., Muehlenhard, 1988).

Bir başka araştırma daha, flört ilişkilerinde cinsel zorlamayla ilgili, toplumsal tutumlar ("kadının çoktan razı olduğu" gibi tecavüzü destekleyici söylentiler), cinsiyet damgalı roller (erkekler egemen, kadınlar bağımlı gibi), akranlar (tamamı erkeklerden oluşan bazı grupların üyelerinin kadınları zorlamaları olasılığı daha yüksektir), çıkma deneyimleri (alkol kullanımı, erkek gücü ve ayrıcalık) ve erkeğin bireysel özellikleri de içinde olmak üzere, bir dizi etmen üzerinde durmaktadır (Christopher ve Lloyd, 2000). Örneğin, erken cinsel ilişkiler ve daha fazla partnerle

daha sık cinsel ilişki ve erkek gücüne daha fazla inanma, kadın ve erkek arasındaki cinsel ilişkilerin özde karşıt doğaları da içinde olmak üzere, cinsel olarak zorlayıcı erkekler her alanda cinsel açıdan daha etkin görünmektedirler. İlginç bir biçimde, (sayıca daha az olan ve partnerlerine karşı daha az zorlayıcı davranışlarda bulunan) cinsel olarak zorlayıcı kadınlar da, karşıtcinsel ilişkilerin özde karşıt olduğuna inanma gibi, bu aynı bireysel özelliklerin çoğuna sahip görünmektedirler (Christopher ve Lloyd, 2000; Johnson ve Ferraro, 2000).

Cinsel saldırı, yakın ilişkilerdeki diğer fiziksel saldırılarla aynı anlama gelmemektedir çünkü bu iki şiddet çeşidi arasında sadece kısmi bir örtüşme bulunmaktadır (Christopher ve Lloyd [2000]'de tartışıldığı gibi %37 ile %40 arasında). Ancak, saldırganlık, güç ve kontrol gibi dinamiklerin birçoğu aynıdır.

Özet ve Sonuçlar

Çatışmalar hemen her ilişkide görülür ve birbirini engelleyebilen, birbirinden farklı ya da yarışan amaçlara sahip iki kişiyi gerektirir. Her evresinde var olan partner ve konuyu içine çekme ya da partner ve konudan kaçınma seçeneği ile, çatışmalar evre evre gelişir. Çatışma sırasında, insanlar durumu anlamaya çalışırlarken bir olay ya da davranış hakkında yüklemeler ya da çıkarsamalar yapılır. Toplumsal değişim (mübadele) kuramı ilişkileri pazar yeri kavramlarıyla açıklar ve ödüller ile bedeller gibi ilişkinin getirip götürdükleriyle ilgilenir. Toplumsal değişim (mübadele) kuramıyla ilişkili olarak, hakkaniyet kuramı da ödüller-bedellerin hakkaniyeti ile ilgilenir. Hakkaniyetsizlik algısı, ilişki kalitesini düşürebilir ya da tam tersi olabilir. Çatışma, ilişkilerde değişim gereksinimleriyle kararlılık gereksinimlerini dengeleyen karşılıklı konuşmaya dayalı bir süreç olarak gerekli olabilir. Çatışmalar, çocuk ana baba çatışmalarıyla başlar ve yaşam boyunca görülür. Çatışmalara arkadaşlıklarda da çok rastlanır. Eğer çocuklar ana baba ve arkadaşlarıyla olan çatışmalarıyla başa çıkmayı iyi öğrenirlerse, romantik ilişkilerde de daha iyi çatışma yönetme stratejilerine sahip olmaları olasığı yüksektir.

İlişkilerinde sıkıntılı çiftlerin daha büyük çatışmaları vardır; daha olumsuz yüklemeler yaparlar ve iletişimlerinde daha az esnektirler. Olumsuzluk bir sarmal oluşturabilir. İnsanlar çatışmaya dört farklı stratejiden herhangi biriyle tepki verebilirler: (1) **çıkış,** (2) **konuşma,** (3) **bağlılık** ve (4) **görmezden gelme**. İsteme/geri çekilme tepkisi bir kişinin değişim istemesini ve diğerinin geri çekilmesini içerir. Bu davranış cinsiyetten çok değişimi kimin istediğiyle ilgilidir. Çiftler çatışmalarla farklı yollardan başa çıkmaya çalışabilir ve yine de çok kararlı olabilirler. Bunlar onaylayan, kararsız ve kaçınan çiftleri içerir. Düşmanca çiftler ve düşmanca/kopmuş çiftler çatışmalı kararsızdırlar. Kararlı bir ilişkide olumsuzluklardan çok olumlular vardır ve oranı en az 5 olumluya karşı bir olumsuzdur. İlişkisel çatışmalarla başa çıkma, ilişkisel güçle çok yakından iliskilidir. Savunmacı olmama, partneri dinleme, kazanmaktansa problemi çözmeye çalışma ve benzerleri de içinde olmak üzere çatışmalarla yapıcı bir biçimde başa çıkmanın birçok yolu vardır. Stresli zamanlarda birbirlerine karşı hoşgörülü olan çiftler çatışmalarla daha iyi başa çıkabilmektedirler. Çatışmaları yalıtılmış bir davranış olarak değil, ilişkinin bütünü içinde dikkate almak gerekmektedir.

Fiziksel ya da cinsel kötüye kullanma birçok ilişkide görülür. Kadın da erkek de kötüye kullanabilir fakat genellikle erkeğin kadını kötüye kullanması daha ciddi incinmelerle sonuçlanır. Kötüye kullanma yeni değildir ve erkek gücünü destekle-

yen bir toplum, kişilerarası etmenler, bireysel etmenler gibi, toplumsal etmenlerle ilişkilidir. Kötüye kullanmanın yaşandığı evlerde büyüyen çocuklara şiddetin ne kadar aktarıldığı belli değildir. Bazı araştırmacılara göre, cinsiyetçi ve ataerkil toplumlarda kötüye kullanma daha çok görülmektedir. Kötüye kullanmanın, kurban için, onu birlikte yaşayan çocuklar için ve toplumun bütünü için olumsuz sonuçları vardır. Fiziksel kötüye kullanmanın yaklaşık %40'ını cinsel kötüye kullanma oluşturmaktadır. Güvende olmak için kadınlar sık sık ilişkileri terk etmek zorundadır fakat ara sıra başka seçeneklerde işe yarayabilir.

Anahtar Kavramlar

Yükleme (s. 143)
Yaygın partnerler arası şiddet (s. 154)
Çatışma (s. 141)
İsteme/geri çekilme (s. 149)
Çıkış (s. 148)
Yakın ilişki terörizmi (s 154)
Bağlılık (s. 148)
Görmezden gelme (s. 148)
Tıkama (s. 152)
Konuşma (s. 148)

Önerilen Okumalar

Canary, D. J., Cupach, W. R., & Messman, S. J. (1995). *Relationship conflict.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Christopher, F. S., & Lloyd, S. A. (2000). Physical ve sexual aggression in relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 331-343). Thousand Oaks, CA: Sage.

Johnson, M. P., & Ferraro, K. J. (2000). Research on domestic violance in the 1990s: Making distinctions. *Journal of Marriage and the Family,* 62,948-963.

Kirkwood, C. (1993). *Leaving abusive partners: From the scares of survival to the wisdom for change.* Newbury park, CA: Sage.

Lloyd, S. A., & Emery, B. C. (2000a). The context and Dynamics of intimate aggression against women. *Journal of Social and Personal Relationships,* 17, 503-521.

Lloyd, S. A., & Emery, B. C. (2000b). *The dark side of courtship: Physical and sexual aggresion. Thousand Oaks,* CA: Sage.

8

İlişkinin Sona Ermesi (Ayrılma) Boşanma ve Yoksunluk

İlişkinin Sona Ermesi, Boşanma ve Yoksunluk İle İlgili Ne Biliyoruz?

İlişkinin Bozulmasının Nedenleri

- Kıskançlık
- Aldatma (İhanet)

İlişkinin Sona Ermesi (Ayrılma)

- İlişkinin Sona Ermesine Neden Olan Etmenler
- Bir İlişkide Çözülmenin Evreleri
- İlişkinin Sona Ermesinin Duygusal Sonuçları

Boşanma

- Boşanmaya Kuramsal Yaklaşımlar
- Boşanmanın Yetişkinler İçin Sonuçları
- Boşanmanın Çocuklar İçin Sonuçları

Yoksunluk

İlişki Öyküsü

Olacakları Hiç Görmedi

Arabasını garaja çekerken George evin karanlık olduğunu görüp şaşırmıştı. Akşamları dışarıya çıkmak Brenda'nın adeti değildi, üstelik bir planı olduğuna ilişkin herhangi bir şey de söylememişti. Kuşkusuz, büyük satış toplantısı için Atlanta'ya gittiği pazartesi gününden beri Brenda'yla konuşmamıştı. Son birkaç gündür çok meşguldü ve Brenda'yı aramak için hiç zaman bulamamıştı. Çocuklar da artık üniversitede okudukları için, uzaktayken evi arayıp, denetleme ihtiyacını hissetmemişti, doğrusu. Arabasını garaja park edip evrak çantasını ve takım elbise çantasını bagajdan çıkarırken, Brenda'nın arabasının park yerinde olmadığını fark etti. "Büyük bir olasılıkla bana bir ileti bırakmıştır." diye düşündü, banliyödeki evlerinin çamaşır odasından, geniş mutfağına doğru yürürken olağan üstü hiçbir şey dikkatini çekmemişti. Çantasını mutfak tezgâhının üstüne koyarken bir not gördü.

George,

Üzgünüm, seninle konuşabilmeyi isterdim, hatta bunu defalarca denedim ama hiç işe yaramadı. Pek çok kere "George, evliliğimiz ile ilgili konuşmalıyız." dedim sense hep "Evliliğimizde ne varmış?" diyerek konuşmaya yanaşmadın. Ben "Bazı şeyler değişti." diyordum, sense "Elbette değişti. Çocuklar artık uzakta ve üniversitedeler." karşılığını veriyordun. Bir süre böyle gitti ve en sonunda bıraktım. O kadar çok kez vazgeçtim ki az kaldı kendimden de vazgeçiyordum. En sonunda sakinleştiricilere gereksinimim olmadığını fark ettim -ben boşanmak istiyorum! Seni terk ediyorum George. Bir avukatla görüştüm; senin de en kısa zamanda kendine bir avukat bulmanı önerdi. Bütün giysilerimi, kitaplarımı, birkaç mobilyayı ve diğer bazı şeyleri aldım. Çoğunlukla, senin özlemeyeceğini düşündüğüm şeyleri aldım. Çocuklara anlatmadım. Bahar tatiline kadar eve gelmeyecekler; bu da yaklaşık bir ay demek ve ben de bu sürenin konuyu onlara en iyi nasıl anlatacağımızı kararlaştırmak için bize yeteri kadar zaman vereceğini düşündüm. Anlatırken birlikte olsak iyi olur. Sanırım üzüleceklerdir. Hiçbir zaman çok fazla kavga etmedik; bu nedenle büyük bir olasılıkla bazı şeylerin kötü gittiğini bilmiyorlardır. Fakat iyi olacaklarını düşünüyorum, en azından öyle umuyorum. Sanıyorum bu seni çok şaşırtacaktır; her ne kadar şaşırtmaması gerekse de. Sana anlatmaya çalıştım ancak sen dinlemedin. Eğer benimle konuşmak istersen, işten arayabilirsin.

Brenda

George afallamıştı. Bir mutfak sandalyesini çekti ve oturdu. Böyle bir şeyi hiç beklemiyordu. Brenda'nın akşam yemeğini kendisi için sıcak tutacağını ve mutfak masasına oturup işyerinde haftayı nasıl geçirdikleri konusunda biraz konuşacaklarını tahmin ediyordu. Hafta sonu programının üzerinden geçeceklerdi: cumartesi gündüz ev işleri, akşam yakın arkadaşları Smith'lerle akşam yemeği; pazar günü kilise. Fakat artık o burada değildi. Brenda yoktu. Onu terk etmişti!

George kabullenene kadar, bunu kendi kendine yinelemeyi sürdürdü, fakat olanlara hâlâ bir anlam veremiyordu. Ayağa kalktı ve ışıkları açarak evde yürüdü. Oturma odası her zamanki gibiydi, ancak kısa bir süre sonra, Brenda'nın akşamları oturup kitap okumayı sevdiği küçük koltuğun gitmiş olduğunu fark etti. Koltuğun olduğu yeri büyük bir yapma bitki dolduruyordu. Yemek odasına baktı; dokunulmamış görünüyordu ta ki cam dolabın boş olduğunu fark edinceye kadar. Brenda, büyükannesine ait olan Çin işi porselen takımını almıştı. Çalışma odasına girdiğinde kitap raflarının ne kadar çıplak göründüğünü hemen fark etti. Besbelli, Brenda bütün kitaplarını götürmüştü ve o boşluğu doldurabilecek herhangi bir şey yoktu. Yukarı çıktı, ilk olarak çocukların odalarına baktı ve her şeyin yerli yerinde olduğunu gördü. Yatak odasına girip ışığı açtığında, midesinin üzerine bir yumruk yemiş gibi oldu. Brenda'nın dolabının kapakları açıktı ve tek görebildiği çıplak raflar ve boşluktu. Ana banyoya girdiğinde, ona ait olan her şeyin gitmiş olduğunu gördü; losyonlar, ojeler, bornoz. Geride hiçbir şey kalmamıştı. Yatak odasına geri gittiğin-

de iki şeyin yerinde olmadığını fark etti: Brenda'nın yastığı ve çocukların duvarda yıllardır asılı duran küçüklük resimleri. George tekrar oturdu; bu kez yatağın kenarına, başını ellerinin arasına aldı ve ağlamaya başladı.

Brenda, iyi görünüp görünmediğini kontrol etmek için tuvaletteki aynaya baktı. Açıkçası, kendini bekleyen şeyden, George ve avukatlarıyla ev, tasarruf hesabı, emeklilik planları, çocukların üniversite ödemeleri ve ortaklaşa girdikleri bütün ekonomik yükümlülük ve sorumluluklar açısından boşanmanın akçal ayrıntılarını kararlaştıracak oldukları o büyük toplantıdan, açıkça kaçtığını biliyordu. Toplantıya ilişkin pek bir endişesi yoktu, uygar bir biçimde geçeceğini tahmin edebiliyordu, fakat yine de toplantı onu korkutuyor, üzüntü veriyordu. Boşanma, uzun zamandır üzerinde düşündüğü bir seçenekti, ancak başka bir seçenek kalmadığını, evliliğini sürdürdüğü sürece ruhsal ve fiziksel sağlığını kaybettiğini görünce harekete geçmiş ve George'u terk etmişti. İşin buraya varacağını hiç düşünmemişti.

Üniversitede bir psikoloji dersinde George'la ilk tanıştıklarında onun çekici biri olduğunu düşünmekte gecikmemişti. Zekiydi ve her zaman profesörün sorularını yanıtlamak için elini ilk kaldıranlardan biriydi. Kendisine çıkma teklif ettiğinde, ikinci bir kez düşünmeksizin evet demişti. Yine ikinci bir kez düşünmeksizin kabul ettiği George'un evlilik teklifinden önce bir yıl boyunca çıkmışlardı. Ortak çok şeyleri vardı. Tam evlenilecek bir adamdı ve onu sevdiğinden emindi. Yıllar geçtikçe ve mesleklerinde ilerledikçe ki, çocuklar küçükken evde geçirdiği yıllar nedeniyle Brenda çok daha yavaş ilerlemişti; her zaman ilk evlerini almak, küçük bir mali güvenceye sahip olmak ve en önemlisi iyi ana babalar olmak gibi ulaşmaya çalıştıkları amaçlara sahip görünüyorlardı.

Bu amaçları paylaşmalarına karşın, Brenda'nın onları nasıl başarabilecekleri konusundaki düşüncelerinin çok farklı olduğunun farkına varması biraz zaman almıştı. Brenda, alçakgönüllü küçük evlerden oluşan, her metrekaresinde çocukların oynadığı bir çevredeki ilk evlerini çok sevmişti, fakat George daha iyi bir şeyler için yerinde duramıyordu. Brenda, parasal güvence için eski arabalarını elde tutmaları ve birikimlerini arttırmaları gerektiğini düşünüyordu, fakat George satış kotalarını tutturmak ya da aşmak ve böylece eve daha fazla para getirmek için saatlerce fazladan çalışıyordu. Her ikisi de kendilerini ana babalığa adamıştı, fakat George günlük ana babalık işlerini Brenda'ya bırakmıştı. Bazı okul programlarıyla futbol maçlarına gidiyordu fakat gidemediği zamanlar Brenda'nın orada bulunup ikisini de temsil edeceğine inanıyordu.

Çocuklar büyüdükçe aralarındaki boşluk genişleyerek bir uçurum hâlini aldı, fakat önce Brian ve ondan iki yıl sonra Gina üniversiteye başladığında George, Brenda ile aralarındaki mesafenin ne kadar arttığının hiç farkına varmamıştı. Brenda, George'la, sürekli ilişkileri üzerinde konuşmaya çalıştı ancak bunu hiç başaramadı ve giderek yalnızlaştı. İşyerindeki biriyle kısa bir ilişkisi bile olmuş, fakat kendisini o kadar suçlu hissetmişti ki ilişkiyi aniden bitirmişti. Eklem ağrısına yakalanmış ve birçok ilaç almaya başlamıştı. En yakın arkadaşlarıyla konuşmaya çalışmış ve destekleri için minnet duymasına karşın, onlarla konuşmanın bir yardımının olmadığı-

nı da görmüştü. Brenda, gittikçe daha fazla umutsuzluğa kapılıyordu. En sonunda, yalnızca rolünü oynadığı bomboş bir Noel'in ardından evliliğinden kurtulmak zorunda olduğuna karar verdi.

Toplantı zamanı çok yaklaşmıştı. Brenda, tuvaletin kapısını iterek açtı ve koridora doğru yürüdü. Avukatının yazıhanesine yöneldi ve sade döşenmiş bir toplantı odasına alındı. İşte bu kadar diye düşündü.

George asansörden inip Brenda'nın avukatının yazıhanesine doğru yürürken, kravatını düzeltti ve sanki bir savaşa hazırlanıyormuş gibi biraz daha dikleşti. Büyük bir olasılıkla toplantının iyi geçeceğini biliyordu, buna karşın yine de korkuyordu. Yazıhanenin kabul bölümünde avukatıyla buluştu ve ikisi birlikte toplantı odasına alındılar. Brenda ve avukatı da oradaydı, sessizce sohbet ediyorlardı.

Brenda'nın avukatı toplantıyı başlattı. Masaya oturduktan sonra, avukatlar boşanma anlaşmasının sürümlerini karşılaştırırken Brenda ve George kısa bir süre konuştular. Her şey apaçıktı ve ev içinde bütün mal varlıklarını ikiye bölüceklerdi. George, üniversiteyi bitirinceye kadar çocukların okul masraflarını ödemeye devam etmeyi kabul etti. Brenda'yla bütün ev eşyalarının çoğunun kapsamlı bir listesini yaptılar ve kendileri için istediklerinin yanlarına adlarının baş harfini yazdılar. Farklı şeyleri istediklerinden herhangi bir anlaşmazlık olmadı. Brenda'nın yeni evinde yeterli yer olmaması nedeniyle mobilyaların çoğu George'ta kaldı, Brenda ise mutfak malzemelerinin çoğunu ve bazı aile andaçlarını aldı. Antika masayı Brenda alırken, büyük ekran televizyon George'ta kaldı.

Her şey yolunda görünüyordu. Sonra Brenda'nın avukatı konuştu: "Gördüğüm kadarıyla mal varlığı listesine emeklilik hesaplarını koymamışsınız. Bunun bir nedeni mi var?" George'un avukatı "George'un emeklilik hesabı onundur ve malların paylaşımı dışındadır." diyerek anında yanıt verdi. Brenda'nın avukatı hemen karşılık verdi: "Federal yasalardaki son değişiklikler, emeklilik hesaplarını da mal varlıklarıyla ilgili anlaşmalara koymaktadır. Bu nedenle, paranın hemen tamamı evli oldukları dönem içerisinde kazanıldığı için Brenda, George'un emeklilik hesaplarının yarısını talep etmektedir."

George küplere bindi! "Emeklilik hesabımı elimden alamazsınız. Bu, kolumu kesmek gibi bir şey! Bütününü kendim kazandım ve o kesinlikle bu anlaşmanın bir parçası değil!" Arkasından Brenda sinirlendi. "Bütün o parayı kazanmana yardım ederek emeklilik paranı biriktirmeni mümkün kılanın kim olduğunu düşünüyorsun yani? Sen Yılın Satış Temsilciliğini kazanırken yemeklerini yapan, çamaşırlarını yıkayan ve çocuklarını büyüten kimdi? İstersen ben senin emeklilik hesabının yarısını alayım, sen de benimkinin yarısını al." Bu yaklaşımı kabul ettiği taktirde, düzenlemeden Brenda'dan çok daha az alacağını biliyordu; bu nedenle, avukatı gibi George da direndi. Avukatlar, boşanmanın bir ivediliğinin olmaması nedeniyle, toplantının ertelenmesi, George ve Brenda'nın kendi konumları üzerinde düşünmelerine fırsat verilmesi ve birkaç hafta içinde tekrar biraraya gelinmesi önerisinde bulundular. Öneriyi herkes kabul etti, fakat George ve Brenda birbirle-

riyle konuşmadan ve birbirlerine bakmadan odadan çıkıp gittiler. Avukatlar konuşmak için geride kaldılar.

Asansörü beklerken George: "Brenda, bu yalnızca para sorunu değil. Bu bir ilke sorunu. O parayı ben kazandım ve emeklilik için ben biriktirdim ve benim olduğunu düşünüyorum." dedi, Brenda yanıtladı: "George, bu benim için yalnızca bir ilke sorunu değil, aynı zamanda bir para sorunu da. Bütün bu yıllar boyunca her ikimiz de çok çalıştık ve buna pişman da değilim. İşlerimizi düzenlemeyle ilgili seçimlerimiz, senin için yüklü bir emeklilik hesabı, benim için ise gerçekte ancak son birkaç yıl içinde birikmeye başlayan küçük bir banka hesabıyla sonuçlandı. Yalnızca ben evin içinde, sen evin dışında çalıştığın için benim neden maddi açıdan sıkıntı çekmem gerektiğini anlayamıyorum." Asansör geldi ve her ikisi de binerek sessiz bir biçimde büyük salona doğru ilerledi. En sonunda, Brenda ve George, büyüğünü George almak üzere, üçte bire karşı üçte ikilik paylarla, George'un emeklilik parasını bölüşme üzerinde anlaşmaya vardılar. Fakat bu yapmak zorunda oldukları en zor şey değildi. Hayır, en zoru çocuklarla konuşmaktı.

Gina ve Brian bahar tatilleri yaklaştığı için evi çok fazla aramıyorlardı. Tatilde bunu fazlasıyla telafi edeceklerini düşünüyorlardı. Her ikisi de evlerinden 4-5 yüz km uzaklıktaki büyük eyalet üniversitelerinde okuyorlardı. Evi aradıkları birkaç kezse babalarının evde, annelerinin ise hep dışarıda olması onları şaşırtmıştı. Anneleri daha sonra onları aramış, onlar da bunun üzerinde pek fazla düşünmemişlerdi. Bir cuma akşamı, tanıdık garaj yolundan geçip valizlerini ve kirli çamaşırlarını boşalttıktan sonra, arka kapıdan mutfağa girdiler. Brenda ve George, mutfak masasında oturmuş, kahve içip konuşuyorlardı. Gina ve Brian girdiğinde, onlara baktılar ve irkildiler. Selamlaşmalar ve kucaklaşmalardan sonra Brenda: "Sizinle önemli bir şey konuşmak istiyoruz." dedi.

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Ailenizden kimse boşandı mı? Eğer boşandıysa, bu size nasıl anlatıldı? Sizin tepkiniz ne oldu?
- Birlikte olduğunuz kişi hiç beklemediğiniz bir anda sizinle olan ilişkisini sona erdirdi mi? Partneriniz iş oraya varıncaya kadar sizin her nasılsa farkına varamadığınız ipuçları vermiş miydi?
- İlişkinin sona ermesi sizi ne kadar üzdü? Bu durumla nasıl başa çıktınız?
- Bir partnerinizi hiç kıskandınız mı?
- Bir partneriniz sizi hiç, bir başkasıyla aldattı mı ya da siz bir partnerinizi hiç, bir başkasıyla aldattınız mı?

İlişkinin Sona Ermesi, Boşanma ve Yoksunluk İle İlgili Ne Biliyoruz?

İlişki **kaybı** genellikle birçok insan için zorlu bir sorun olan boşanma ile eş tutulur. Ancak yine de kayıp değişik biçimlerde gelebilir. Evlilik olmayan bir romantik ilişkinin bile bitmesi (flört, nişanlılık, beraber yaşama) büyük duygusal acılara yol açabilir. Genç insanlar için daha önceki yüzyıllarda olduğu kadar yaygın olmamakla birlikte, ölüm nedeniyle bir partnerin kaybı hâlâ herhangi bir yaşta olabilir.

Bu nedenle bu bölüm, ayrılık, boşanma ve ölüm nedeniyle yaşanan ilişki kayıpları üzerinde durmaktadır. Bu tür kayıplar farklıdır ancak yine de aralarında konu olarak benzerlikler vardır. Sık sık ilişkide sorun yaratan ayrılık ya da boşanmaya bağlanabilen iki davranış ya da olay, kıskançlık ve aldatmadır.

İlişkinin Bozulmasının Nedenleri

Kıskançlık

Kıskançlık karmaşıklık açısından çok boyutlu, büyük ölçüde olumsuz bir duygudur (Pfeiffer ve Wong, 1989). Romantik bir ilişkide sevilen ve değer verilen bir kişiyi kaybetme korkusuyla patlak verir. Kıskançlık *imrenme*den farklıdır. İmrenme başka birinin sahip olduğu bir şeyi istemekle ilgilidir. Birçok kuramcının kıskançlık ve imrenmenin özde aynı duygular topluluğunun iki alt türü olduklarına inanmalarına karşın, bu ikisi bileşimleri ve yeğinlikleri açısından farklıdır (Erber ve Erber, 2001). Kıskançlık daha derindir ve kişinin diğer bir kişiyle ilişkisini altüst eden davetsiz bir üçüncü kişi korkusuyla ilgilidir.

Burada odak noktası romantik partnerli ilişkilerde yaşanan kıskançlık olmakla birlikte, kıskançlık aile (yeni gelen kardeşi kıskanan çocuk, gelinini kıskanan kayınvalide gibi) ve arkadaşlık ilişkilerinde de (bir kişinin en iyi arkadaşının bir başka iyi arkadaş edinmesi durumunda) görülür. Hatta birlikte olunan kişinin işini ya da hobisini bile kıskanmak mümkündür; eğer bu etkinlik onun bütün zaman, enerji ya da duygularını tüketiyorsa.

Buunk ve Dijkstra (2000), ilgili araştırmaları gözden geçirerek üç tip kıskançlık türü özetlediler: 1) *tepkisel/duygusal kıskançlık,* bir partnerin bir başkasıyla gerçek ya da düşlemsel birlikteliğine karşı olumsuz bir duygusal tepkidir. 2) *kaygılı/bilişsel kıskançlık,* takıntılı kaygı ve partnerin bir başkasıyla birlikte olduğunu düşünmedir. 3) *önleyici/kuşkulu kıskançlık,* partnerin başka birine yönelik hafif ilgisine kışkırtılmamış bir tepkidir.

Kişilik özellikleri kadar ilişkisel durumlarına da bağlı olarak, insanlar kıskançlığa farklı derecelerde açık olabilirler. Örneğin düşük benlik saygısı (özellikle kadınlarda), duygusal bağımlılık ve benzeri nitelikler daha büyük kıskançlıkla ilişkilidir (Buunk, 1995; Buunk ve Dijkstra, 2000). Sharpsteen ve Kirkpatrick (1997) bağlanma biçeminin de kıskançlık yaşantısıyla ilişkili olduğunu gösterdiler. Bağlanma biçemi güvenli olan katılımcılar kızgınlıklarını daha fazla açığa vurma, kaygılı

bağlananlar daha fazla tutma eğilimindeydiler. Kaçınmacı bağlananlarsa partneri değil de üçüncü kişiyi suçlamak eğilimindeydiler. Knobloch, Solomon ve Cruz (2001) bağlanma kaygısı ve yakınlığın her ikisinin de duygusal kıskançlıkla, ilişkisel belirsizliğinse bilişsel belirsizlikle ilişkili olduğunu ortaya koydular. Bu durum yine kıskançlığın bireysel ve ilişkisel katmanlarının altını çiziyordu.

Hem erkeklerin hem de kadınların kıskançlık kapasitesi vardır fakat cinsiyetler arasında onları neyin kıskanç yaptığı ve kıskançlığa nasıl tepki gösterdikleri bakımından farklılıklar olabilir. Kadınlar partnerleri onları cinsel ilişki yoluyla olmaktan çok duygusal olarak aldattığında daha büyük kıskançlık tepkisi göstermek eğilimindeyken erkekler için bunun tam tersi doğrudur: Onlarda cinsel aldatma daha büyük bir kıskançlığa yol açmaktadır (Buss, Larsen, Westen ve Semmelroth, 1992). Bu farklılıklara evrimsel bakış açısı, erkeklerin babalığın kesinliğiyle daha ilgili olduklarını, bu nedenle partnerin cinsel aldatmasının onları daha fazla tehdit ettiğini söylemektedir. Kadınlarınsa, daha çok erkeğin neslin devamını sağlamasıyla ilgilendikleri, bu nedenle de duygusal aldatmaya karşı daha büyük bir kıskançlık tepkisi verdikleri düşünülür.

Kıskançlığa toplumsal cinsiyet damgalı tepkilere bu bakış açısı, DeStano, Bartlett, Braverman ve Salovey (2002) tarafından eleştirilmiştir. Bu yazarlara göre, bu konuda cinsiyet farklılıklarının gözlenip gözlenmeyeceği cinsel aldatmaya karşı duygusal aldatmaya ilişkin sorunun nasıl sorulduğuna bağlıdır. Belirli biçimlerde sorulursa hem erkekler hem de kadınlar cinsel aldatmanın duygusal aldatmadan daha büyük bir altüst olma ve kıskançlığa neden olduğunu söyleyeceklerdir.

Kadınlar kıskançlıkla, yetersiz olduklarına inanıp kendilerinden kuşku duyarak başa çıkarlar (Buunk, 1995) ve ayrıca "rakiplere karşı saldırgan davranışı desteklemeye erkeklerden daha eğilimlidirler" (Buunk, Dijkstra, 2000, s. 327). Böyle bile olsa, kıskançlık nedeniyle erkeklerin kadınlardan daha çok şiddet suçu işledikleri bilinmektedir. Bu farklılık belki Johnson'un (1995) ilişkide şiddet kuramıyla bağlantılıdır. Bu kurama göre kadın ve erkekler ilişkide düşük düzeyde şiddete eşit olarak eğilimlidir fakat erkeklerin ilişkide ciddi ve tehlikeli düzeyde şiddete başvurma eğilimleri çok daha yüksektir.

Kıskançlıkla başa çıkma zordur ve stratejiler kişiye göre biçimlendirilmek eğilimindedir. Buunk ve Dijkstra (2000), kıskançlık çalışmaları taramalarında üç tür kapsamlı başa çıkma yaklaşımı saymışlardır: Durum üzerinde yeniden düşünme, partnerden kaçınma ve partnerle iletişim kurma. Ancak ciddi kıskançlık tepkileriyle en iyi terapi yöntemleriyle başa çıkılabilir. Kıskançlığın ana nedenlerinden biri, romantik partnerin bir başkasıyla gerçek ya da kuşkulanılan birlikteliğidir.

Aldatma (ihanet)

Romantik bir çiftteki kişilerden birinin üçüncü bir kişiyle yakın ilişkisi, genellikle **aldatma** ya da **ihanet** olarak adlandırılmaktadır. Fakat son zamanlarda bilim insanları *ek ikili ilişkiler* (Buunk ve Dijkstra, 2000), *ek ikili ilişkilere girme* (Wiederman ve Hurd, 1999), *ek yakınlık ilişkileri* (Boekhout, Hendrik ve Hendrick, 2000) gibi deyimler kullanarak bu davranışın ahlaksallık düzeyini düşürmeye çalışmaktadır.

Deyimler değişebilir fakat davranış dikkate değer biçimde aynı kalmaktadır. Aldatma oranları değerlendirmeleri taranan katılımcılar arasında evli erkeklerde %50 ile %4, evli kadınlarda ise %25'le (Kinsey, Pomeroy ve Martin, 1948) %14 arasında (Treas ve Giesen 2000) değişmektedir. Çıkan üniversite öğrencilerini tarayan Wiederman ve Hurd (1999), kadınların %40'ının erkeklerin %45'inin biriyle çıkarken başkalarıyla da çıktıklarını ortaya çıkarmışlardır. Başka bir araştırmada (Boekhout, 1999) kadınların %44'ü erkeklerin ise %59'u bir ilişki içindeyken en az bir kere duygusal ya da cinsel olarak partnerini aldattığını söylemiştir. İnternet aracılığıyla aldatma bile bir sorun olmaya başlamıştır (Young, Griffin, Shelley, Cooper, O'Mara ve Buchanan, 2000).

Pestrak, Martin ve Martin'e göre, Amerikalıların yaklaşık %85'i de içinde olmak üzere "Batı ülkelerinin büyük bir çoğunluğundan katılımcıların büyük bir oranının tutarlı olarak bütün koşullar altında evlilik dışı ilişkileri onaylamaması, bu kadar çok sayıda insanın partnerini aldattığını söylemesini gerçekten ilginç kılmaktadır (Buunk ve Dijkstra, 2000). Çıkma, birlikte yaşama ya da erkek eşcinsel ilişkiler için tutumlar daha az eleştireldir, ancak yine de aldatma hoş görülmemektedir.

İnsanların tutumlarıyla davranışları arasındaki tutarsızlık karşısında aldatmayı açıklayan bir dizi kuram önerilmiştir. Bu kuramlar, bireysel, ilişkisel ve toplumsal açıklama düzeylerini kullanmaktadır. *Bireysel düzeyde*, güvensiz bağlanma biçemlerine sahip ya da değişik kişilik sorunları olan insanların ek ilişkilere girmeye daha eğilimli oldukları (Buunk ve Dijkstra, 2000) ve bu eğilimin cinsel uyarılma isteği (Weiderman ve Hurd, 1999) ve daha özgür cinsel tutumlarla (Treas ve Giesen, 2000) ilişkili olduğu ileri sürülmüştür. İlişkisel *düzeyde*, aldatma oyunsu aşk biçemiyle (Weiderman ve Hurd, 1999) ilişkilendirilmiş ve karşılıklı bağımlılık kuramı temelinde daha düşük düzeyde bir bağlanma ile ilişkili olduğu düşünülmüştür (Buunk ve Dijkstra, 2000). *Toplumsal düzeyde* ise, aldatma daha az dindarlık ile ve evliliğe bir alternatif olarak birlikte yaşamanın kabul edilmesiyle ilişkilendirilmiştir (Treas ve Giesen, 2000).

Evrim psikolojisi, aldatmayı kadın ve erkeklerin üreme stratejilerini vurgulayarak açıklamaktadır. Erkekler bilinçli ya da bilinçsiz, olabildiğince çok kadını hamile bırakmak isterler, kadınlar çocuklarının başlıca geçim sağlayıcısı olup olmamasına bakmaksızın, olası en iyi partnerle eşleşmek isterler. Bu kuram ayrıca gizli yumurtlamayı (kadınlarda), eşi korumayı (erkeklerde) ve yasak birliktelikleri de tartışmaktadır (Buss, 1995; Schmitt ve Buss, 2001).

Erkek ve kadınlar, aldatma nedenlerinde bazı farklılıklar göstermektedirler. Aldatma oranı açısından aralarındaki fark, aldatmanın nedenleriyle ilgili olandan daha küçüktür (Prins, Buunk ve Van Yperen, 1993). Aldatan kadınlar hâlihazırdaki ilişkilerinden doyumsuz olmak eğilimindeyken, erkekler için ilişkilerindeki doyum ya da doyumsuzluk yasak ilişki yaşama için güdüleyici değildir. İlişki Öyküsü'ndeki Brenda için bu kesinlikle böyleydi. Kadınlar yasak bir ilişkinin daha çok duygusal yönleri üzerinde odaklaşırken, erkekler cinsel yönleriyle ilgilenmektedir (Glass ve Wright, 1992). Liu (2000), evlilik süreleri arttıkça kadınların evlilik dışı ilişkilere gir-

me olasılıkları azalırken; erkeklerde evlilik dışı ilişkilerin U harfi biçiminde bir seyir izlediğini ortaya koymuştur. Diğer bir deyişle başlangıçta yüksek, ortada düşük ve 25-30 yıllık evlilikten sonra yine yüksek.

Glass ve Wright'a göre (1992) insanlar aldatmayı başlıca dört 4 farklı yoldan haklı göstermektedir. Bunlar; (1) cinsel çeşitlilik gereksinimi, (2) duygusal yakınlık gereksinimi, (3) aşık olma ve (4) partnerden öç alma gibi dışsal güdülenmeler olarak sıralanabilir.

Aldatmanın en zor yönlerinden biri, ardından gelen etkiler ya da partnerin aldatmasıyla başa çıkmadır. Roloff, Soule ve Carey (2001) insanların ilişkisel ihlallere tepkilerini araştırdılar ve aldatma beş ihlal grubundan biriydi. Bu yazarlar, ayrıca birçok kişinin aldatıldıktan sonra da ilişkilerine devam ettiklerini göstermişlerdir. Bunun nedeni bazen partneri kaybetme korkusu ki, intikam alma gibi olumsuz tepkilere yol açmaktadır ya da duygusal bağlılıktır ki ilişkiyi düzeltmeye çalışmak gibi olumlu tepkilere yol açmaktadır.

Afifi, Falato ve Weiner (2001), çıkma partnerlerinin aldattığını nasıl öğrendikleri temelinde insanların aldatmaya tepkilerini değerlendirdiler. Aldatıldığını öğrenme biçimi tepkileri etkiliyordu. Aldatan partner bunu partnerine gönüllü olarak açtığında, ilişki en az etkileniyordu. Kişinin partnerinin aldattığını kuşkulanma sonucu öğrenip partneriyle yüzleştiği durumlarda ilişki biraz daha çok etkileniyordu. Kişi partnerini aldatmanın belirli bir biçiminde eylemdeyken yakaladığında ya da bir arkadaş gibi, üçüncü bir kişiden olayı öğrendiğinde ise ilişki en büyük zararı görüyordu. Aldatmanın ilişkiyi etkilediği açıktır. Charny ve Parnass (1995), evlilik terapistleriyle klinik deneyimleri üzerine yaptıkları görüşmelerle, onlardan bir partnerin diğerini aldattığı evli çiftlerle klinik deneyimlerine ilişkin bilgi topladılar. Bu terapistlere göre, çiftlerin yarıdan fazlasında evlilik dışı ilişkinin yürürlükteki ilişki üzerinde olumsuz etkileri vardı. Kaslow (1993) aldatma yüzünden ailenin parçalanmasını ve hatta intiharı da içeren ilişkisel/ailesel bir dizi çok ciddi olumsuz sonucu belgelemiştir. Partnere bağlılık önemlidir, çünkü hem kadın hem de erkek için cinsel tekilcilikle cinsel ilişkiden duygusal doyum alma arasında olumlu bir ilişki vardır (Waite ve Joyner, 2001).

Bazı evlilik ilişkileri aldatmadan sonra da sürer, bazıları ise biter. Shackelford (1998), 150'den fazla kültürde aldatmanın en önemli boşanma nedeni olarak belirtildiğini gösteren araştırmaları tartışmaktadır. Bazı kültürlerde, özellikle kadının aldatması aşırı tepkilere neden olmaktadır. "Bir kadının aldatması, ister gerçek ister kuşkulu olsun, kadını dövme ve öldürmenin önde gelen nedenidir."

İlişkinin Sona Ermesi: Ayrılma

Ayrılma değişik biçimlerde olabilir, boşanma ayrılmanın bir alt türüdür. Bu bölümde, ilk olarak ilişki parçalanmasına yani ayrılmaya ilişkin genel çizgileriyle bilgi verilecek ve ardından boşanma ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

George, Brenda ile evliliğinin bitmesine çok şaşırmış olduğunu söylemesine karşın, Brenda'ya göre, bunun başına geleceğini bilmesi gerekirdi. Büyük bir olasılıkla, ilişkilerinin sorunlu olduğunu ve Brenda'nın mutsuz olduğuna ilişkin ipuçlarını görememiş ya da görmezden gelmişti. Bir ilişkide sorun yaşanmasının başta gelen nedenleri nelerdir?

İlişkinin Sona Ermesine Neden Olan Etmenler

Duck (1982) üç temel olay ya da davranış grubunun **ayrılma** ile ilişkili olduğuna işaret etmiştir. Birinci grup, *"kötü kader"*dir. Kaçımız durumlarına bakıp başımızı sallayarak "mümkün değil bunlar bir arada yapamazlar" dediğimiz bir çift tanırız? Belki de partnerler huyları, biçemleri, geçmişleri, ilgileri ve benzerleri açısından iyi eşleşmemişlerdir ya da partnerlerden biri alkol ya da uyuşturucu bağımlısıdır. Çoğunluğumuz daha baştan yürümeyeceğini düşündüğümüz ilişkiler görmüşüzdür. Duck'ın ikinci grubu, *"mekanik başarısızlık/süreç kaybı"*adını alır. Burada çiftler ya dırdır, yakınma, kontrol etme gibi olumsuz davranışlara girerler ya da iyi iletişim kurma, sevgi dolu davranma, toplumsal destek verme gibi olumlu davranışlarda bulunmada başarısızdırlar. Bu, belki de George ve Brenda'nın evliliklerinin bitmesiyle en ilgili gruptur. Üçüncü grup, *"aniden ölümdür"* ve "bir partnerin zina yapmasını, güveni kötüye kullanmasını, aldatmasını ya da kişisel olarak ilişkiyi bırakmasını içerir." Burada aldatma gibi, ahlaksallıkta bir başarısızlık ilişkiyi yıkıma götürür.

Kurdek (1991) kadın ve erkek eşcinsel çiftler arasında uzun süreli romantik ilişkilerin bitiş nedenleri üzerine yaptığı bir araştırmada, ayrılma için en sık verilen beş nedeni belirlemiştir: sık sık eve gelmeme, aldatma, sevgi eksikliği, ruhsal eziyet ve cinsel uyuşmazlık. Duck'ın (1982) grupları açısından aldatma, kesinlikle "ani ölüm" kategorisine girerken; diğerleri "mekanik başarısızlık, işlem kaybı sorunları" olarak görünmektedir. Yalnızca, sevgi eksikliği "kötü kader"in bir yönü olabilir. Gottman'ın araştırmaları (1993b) ilişkisel olumluların olumsuzlara oranı 5'te 1'e düştüğünde ilişkinin risk altında olduğunu göstermiştir.

Yalnızca insanları bir araya getiren çekiciliğin gücü (toplumsal değişim [mübadele] kuramına göre ödüller) ile değil, aynı zamanda insanları birbirinden ayıran olumsuzlarla (toplumsal değişim kuramına göre *bedeller*) da ilgilenen Levinger (1979a ve 1979b) ayrılmaya ilişkin bütüncü bir görüşü benimsemiştir. Ek olarak, Levinger ödül-bedel dengesini daha doğrudan etkileyen, ayrılma önündeki toplumsal baskı, çocuklar ve ekonomik durum gibi engellere ve kısıtlayıcı güçlere de işaret etmiştir. Örneğin, sekiz yıldır evli olan iki çiftin ilişkisel ödül-bedellerinin eşit olduğunu varsayalım. Fakat bunlardan birinin iki çocuğunun, bir yarım gün danışmanlık şirketinde payları, kentte ortak bir evleri ve bir dağ evleri varken; diğerinin hiç çocuklarının, ortak mallarının ve ortak işlerinin olmadığını varsayalım. Ayrılmak için birinci çiftin ikinciden çok daha fazla engelinin olduğu açıktır. Büyük bir olasılıkla Brenda ve George'un ayrılmaları önündeki en güçlü engeller çocukları ve ekonomik konulardı.

Evlilik terapistlerinin uzun süredir bildikleri bir başka bakış açısı da Felmlee (1995) tarafından ortaya atılmıştır. Felmlee bir partnerde başlangıçta özellikle çok çekici bulunan niteliklerin daha sonra farklı yorumlanıp, sonuçta ilişkinin bitmesine neden olabildiğini göstermiştir (2. Bölüm'deki "ölümcül çekimler" tartışmasına bakınız). Ayrıca, Felmlee insanları romantik partnerlere çeken niteliklerden bazılarının daha sonra sorun yaratmadığını da ortaya koymuştur. Örneğin "eğer bir kişi başlangıçta partnerinin 'gülümsemesine' ya da 'görünümüne' vurulmuşsa, sonradan partnerinin 'gülümsemesini' ya da 'görünümünü' sevmediğini söylemesi olasılığı düşüktür" (s. 306). Fakat heyecan ya da farklı olmayı ifade eden niteliklerin sorunlara yol açması olasılığı daha yüksekti. Böylece, bir zamanlar yoğun sevgi ya da ilgi gibi görünen duygular daha sonra bağımlılık ve hatta kıskançlık gibi görünebilir. Benzer biçimde bir kendine güven havası, ilk başlarda hayranlık uyandırabilirken ilişkide daha sonraları, kendini beğenmişlik, hatta egemen olma gibi görülebilir. Böyle niteliklerin Duck'ın (1982) "kötü kaderini" haklı göstermeye yetecek kadar aşırı olup olmadıkları konusu açık değildir, fakat yine de sorunlara neden oluyorlardı.

Arriaga (2001) ayrılmaya götüren belirli bir bireysel ya da ilişkisel niteliğin ötesinde, bu niteliklerdeki, özellikle de ilişkiden alınan doyumdaki değişkenliğin ayrılmayla yakından ilişkili olduğunu ortaya koydu. "Yinelenen doyum değerlendirmelerinde daha büyük iniş çıkışlar sergileyen bireylerin eninde sonunda ayrılmayla bitecek bir ilişki içinde olmaları olasılığı daha yüksekti. Doyum düzeyleri inişli çıkışlı bireylerin ayrıca bağlanma düzeyleri de daha düşüktü" (s. 750). Böylece çok zor olmasına karşın, partnere yönelik tutarlı, olumlu bir tutumu sürdürme ilişkinin yaşaması için en iyisidir.

Ayrılmalar üzerine kısa bir yazın taraması bile, böyle bir sonuç için tek bir nedenin olmadığını açıkça gösterir. Bireysel kişilik özellikleri kadar bir ilişkinin özellikleri de bazı çiftler için ayrılmaya neden olabilir, fakat bazı çiftler için olmayabilir. Bir ilişkiye oldukça bağımlı, önemli gereksinimleri karşılanan ve/ya da çok az başka bir ilişki seçeneği olan bir partner ciddi yetersizlikleri olan bir ilişkide kalmaya devam edebilir (Drigotas ve Rusbult, 1992). Aldatma bile bütün çiftler için "ani bir ölüm" değildir.

Bir İlişkide Çözülmenin Evreleri

Bir ilişkinin *nasıl* dağıldığı sorusu, *neden* dağıldığı sorusuyla ilişkili fakat onunla aynı şey değildir. Duck (1984) beş ilişki dağılması evresinden ve onları izleyen yeniden düşünme ve onarım süreçlerinden söz etmiştir. Birinci evre partnerlerden birinin ilişkide doyumsuzluk yaşadığı çözülme evresidir. Bu doyumsuzluk çok büyük olmayabilir, ancak yine de bireyin ilişkide bir şeylerin iyi gitmediğine; örneğin, iletişimin iyileştirilmesi ve yakınlığın arttırılması gereğine bireyin dikkatini çekmek için yeterli olabilir. Bu evredeki olaylar kesinlikle onarılabilir ve gerçekten hemen bütün çiftler ilişkisel engellenme ve bir "daha iyisini başarabiliriz" duygusu yaşarlar. Bu evrede, etkili ilişkisel onarım için bir anahtar, ilişkinin olabileceği ve olması gerektiği kadar iyi gitmediği ve bunun için mutlaka partnerlerden birinin hatalı olmasının gerekmediği duygusudur.

Eğer ilişkisel onarım işlemezse, kişi *iç ruhsal* evreye girer. Bu evrede kişinin partneri doyumsuzluğun daha açık bir kaynağı hâline gelir. Kişi takıntılı bir biçimde

partneri hakkında düşünür ve hatta davranışlarını gözler ve rahatsız edici bir şeyler yapmasını bekler: "Sürekli işe yaramadığım üzerine dırdır ediyor.", "Kumanadayı bir kere daha elimden alırsa çığlık atacağım." yolunda düşünme gibi. Burada hatırı sayılır bir biçimde ilişkisel odaklanma vardır, fakat bu hemen tümüyle kişinin kafasındadır, partner tarafından bilinmez, en azından ona bir şey söylenmemiştir. Brenda'nın bu evrede uzun bir süre harcadığını düşünebiliriz.

Bir sonraki evre ki *ikili* evre adını alır, her iki partner de birinin ya da her ikisinin doyumsuzluğu ile uğraşmaya başlar. Eğer dağılmanın devamı yerine onarım olacaksa bu, iyi bir pazarlık becerisi gerektiren riskli bir dönemdir. Eğer Brenda daha zamanında konuşmuş olsaydı ya da George daha dikkatli dinlemiş olsaydı, belki evlilikleri kurtarılabilirdi.

Eğer partnerler ilişkiyi tamir edemiyorlarsa *toplumsal* evreye geçerler. Burada partnerler ayrı ayrı ya da ortak toplumsal ağları (aile, arkadaşlar, meslektaşlar ve benzerleri) ile uğraşma üzerinde odaklaşırlar. Bir yandan da bu insanlardan (ortak toplumsal ağlarındaki) ve bir terapist gibi, yeni ağ üyelerinden, bekledikleri kendi toplumsal destek gereksinimleriyle uğraşma üzerinde yoğunlaşırlar.

Kefenleme adı verilen son evre ayrılma sonrasında ilişki hesaplarının bir dökümünün yapıldığı, değiştirilip yeniden düzenlenerek en son hâlinin verildiği dönemdir. İlişkideki kişilerin kendi yollarına gitmelerine izin verilerek en sonunda hesap bitirilir (Weber, Harvey, 1994).

Kuşkusuz, bu dağılma süreci genellikle bir evreden diğerine geçen katı bir biçimde sıraya bağlanmış bir gelişme değildir. Gerçekte, Battaglia ve arkadaşları (1998), dağılma sürecini kapsamlı olarak değerlendirmiş ve döngüsel bir örüntüsünün olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu örüntü içinde "ilgi eksikliği" ve "mesafeli davranma" gibi olgular dağılma süreci sırasında birçok kez görülür ve yinelenir.

İlişkinin Sona Ermesinin Duygusal Sonuçları

Bir ilişkinin yaşamayacağının giderek kesinlik kazanmasının her iki partner için de bazı duygusal sonuçları vardır. Sprecher ve Felmlee (1993), boylamsal bir çalışmada, ayrılan çiftler için zamanla duygularda iki uçluluk ve çatışmalar artarken, ilişkiyi sürdürme amaçlı davranışların ve sevginin azaldığını ortaya koymuşlardır. Ayrılmanın bir tek olay olmayıp, zamanla gelişen bir süreç olması nedeniyle, etkileri ilişkinin kötüleşmeye başlaması ile birlikte, yani partnerlerin ilişkilerini gerçekten bitirmeden oldukça uzun bir süre önce hissedilebilir (Amato 2000).

Ayrılma hiçbir zaman kolay değildir fakat bazı koşullar altında daha da zordur. Örneğin, ayrılma sırasında kaygılı kararsız bağlanma biçemlerini yansıtır biçimde kafaları ilişkileriyle meşgul olan kişiler, başka bağlanma biçemleri olan kişilerle karşılaştırıldığında ayrılmayı partnerlerinin başlattığını ve olumsuz hissettiklerini, ayrılmaya uyum sağlamada daha fazla güçlük yaşadıklarını belirtmeye daha çok eğilimliydiler (Barbara ve Dion, 2000). Robak ve Weitzman (1998) da bir aşk ilişkisinin bitimini yaşamış genç yetişkinlerin küçümsenmeyecek düzeyde acı çektiklerini ortaya koydular. Eğer evlilik tartışılmışsa bu durum, yanıtlayıcıların ailelerinin acıyı daha ciddiye almalarına ve onu geçersizleştirip ilgiden yoksun bırakmamalarına

karşın, acı çok daha büyük oluyordu. Çok sık olarak, insanlar ayrılmanın ciddiyetini yeterince değerlendirememektedirler, çünkü bir çift, "yalnızca çıkıyordu" sonuçta bir evlilik ilişkisi değildi. Ancak yine de çıkma ayrılmalarının acı çekme tepkileri, biçem olarak evlilik ayrılmalarında görülenlere benziyordu.

Ayrılma üzerine yapılan araştırmaların birçoğu, ayrılmanın kendisinin sonuçlarına bakmıştır. Frazier ve Cook (1993) ayrılmanın hemen ardından ve olayın üzerinden bir süre geçtikten sonra olmak üzere iki farklı zamanda ayrılmanın sonuçlarını inceleyen ilk araştırmacılar arasındadırlar. Bu çalışmada, bir geriye bakış tekniği kullanarak, katılımcılardan ayrılmanın hemen ardından ne hissettiklerini anımsamaları ve altı ay sonra ne hissettiklerini belirtmeleri istendi. Frazier ve Cook bağlanma ve bulaşmayı temsil eden değişkenlerin (daha yüksek doyum, partnere daha yakın hissetme ve daha az ilişki seçeneği algılama) tümünün ayrılma sırasında daha büyük gerginlik (stres) yaşayan insanlarla ilişkili olduğunu ortaya koydular. Fakat bu değişkenler ayrılmadan sonra normale dönüşle ya da kişinin şimdiki duygusal uyumuyla özellikle ilişkili değildi. Başa çıkma değişkenleri, farklı biçimlerde ayrılma gerginliği, normale dönüş ve şimdiki uyumla ilişkiliydi. Kontrol eksikliği de daha düşük uyumla olmamakla birlikte, daha büyük gerginlik ve daha az iyileşmeyle ilişkili bulundu. Hâlâ eski partnerle bir ilişki içinde olmayı isteme daha yüksek gerginlik, daha az iyileşme ve daha düşük uyumla ilişkili bulundu. Toplumsal destekle iyileşme, daha düşük benlik saygısıyla daha büyük gerginlik, daha az iyileşme ve şimdiki duygusal uyum arasında olumlu ilişkiler vardı. Bu çalışmadaki en önemli bulgulardan biri, başlangıçtaki mutsuzlukla daha sonraki iyileşme arasındaki görece düşük ilişkidir. Bu bulgular ayrılma sırasında büyük duygusal sorun yaşayan kişilerin iyileşme sürecini kesinlikle zor geçirecekleri ve yaşama uyum sağlamada zorlanacakları anlamına gelmez.

Ayrıca, Sprecher, Felmlee, Metts Fehr ve Vanni (1998) ayrılmanın hemen ardından ve bir yıl sonra insanların ayrılmaya başlangıçtaki tepkilerini etkileyebilecek bir dizi değişkeni değerlendirmek için bir geriye bakış tasarımı kullandılar. Bu yazarlar, eğer birisi daha başta ilişkiyi başlatmak için daha çok çaba harcamışsa, ilişki daha uzun sürmüşse, daha büyük bir bağlanmaya yol açmış ve daha fazla doyum sağlamışsa, ayrıca bir kişi bir başkası için terk edilmişse, ayrılma sırasında yaşanan ayrılma acısının daha büyük olduğunu ortaya koydular. İnsanların terk edilme korkusu yaşamalarına neden olan korkulu bir bağlanma biçemi gibi etmenler de ayrılma acısını yorduyordu. Böylece hem bireysel hem de ilişkisel bir dizi etmenin ilişki bitimindeki gerginliğe katkıda bulunduğu yeniden doğrulanmış olmaktadır. Ancak bu araştırma, ayrıca aynı etmenlerin şimdiki sıkıntıyı yordamadığını da göstermiştir. Burada, yalnızca başlangıçtaki bağlanma, ilişki süresi ve korkulu bir bağlanma biçemi sürekli sıkıntıyı yordamıştır. Bazı kişiler bu ayrılmanın etkilerini bütünüyle geride bırakmış görünürken, bazıları bunu yalnızca bir ölçüde başarabilmektedir (Sprecher ve ark., 1998).

Başka bir araştırmada Sprecher (1994) "Ayrılan ilişki partnerleri ayrılmalarına aynı gözle mi bakmaktadırlar?" sorusunu sormuştur. Pek çok ilişki sorusuyla olduğu gibi, burada da yanıt hem evet hem hayır olmuştur. Eski partnerler ayrılmaya, benzer duygusal tepkiler belirtmiyorlardı ve gerçekten tepkiler arasında "üç olumsuz duygu için anlamlı olumsuz ilişkiler bulunmuştur: suçluluk, gücenme ve

yalnızlık (s. 208). Partnerlerin üzerinde anlaşır göründükleri şeyler, ayrılmayı kimin başlatıp kontrol ettiği ve ayrılmanın nedenleriydi. Partnerler ayrılmanın ardından hem olumlu hem de olumsuz duygular yaşadıklarını belirttiler ve kadınlarla erkekler arasında önemli bir tepki farklılığı yoktu.

İlişki partnerleri, ayrılmadan önce, ayrılma sırasında ve ayrılmadan sonra bazı tepkiler gösterirler ve bu tepkilerin birçoğu olumsuzdur. Zamanla rahatsız edici duygular azalma eğilimindedir ve bazıları partnerleri tarafından paylaşılırken, bazıları paylaşılmaz. Ayrılma kolay değildir, fakat şu ya da bu zamanda hemen hemen herkesin başına gelmektedir. Ayrılığın çok özel bir türü boşanmadır.

Boşanma

Amerika Birleşik Devletleri'nde son 50 yıldır evlenme oranları düşerken, **boşanma** oranları artmıştır (Teachman, Tedrow ve Crowder, 2000). Yine Amerika Birleşik Devletleri'nde, ilk evliliklerin yaklaşık yarısının boşanmayla sonlanacağı, her altı yetişkinden birinin iki ya da daha fazla boşanma yaşayacağı ve her üç çocuktan birinin çocukluk ya da ergenlik yıllarında üvey ana babalı bir evde yaşayacağı değerlendirmeleri yapılmaktadır (Amato, 2000). Son yıllarda boşanma oranlarının durağanlaşmasına karşın (Teachman ve ark., 2000), 19. yüzyılın ortalarında her yirmi evlilikten yalnızca biri boşanmayla sonuçlandığı için, bu durum 20. yüzyılın önemli toplumsal değişimlerinden biriydi (Amato, 2000).

Boşanma oranlarının bu kadar çarpıcı bir biçimde artmasına neyin yol açtığını merak etmek doğaldır, fakat bu sorunun tek bir yanıtı yoktur. Ancak belirli eğilimler vardır. Örneğin, giderek daha fazla kadının çalışmasının ve sonuç olarak erkeğe tam bir bağımlılıktan kurtulmasının boşanmalara büyük ölçüde katkısı olmuştur. Ayrıca, genç yaşlarda evlenen çiftlerin ayrılma olasılıkları daha ileriki yaşlarda evlenenlerinkinden daha yüksektir (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992a) ve boşanma, özellikle evliliğin ilk birkaç yılında olmak üzere, ilk yıllarda daha yaygındır (Bumpass, Sweet ve Castro Martin, 1990). Ek olarak, ayrıca boşanmayı da yordayan romantik ayrılmaları kestiren etmenler de vardır (ör., uyumsuzluk, kıskançlık, aldatma). Birçok engelin olabilmesine karşın (Levinger, 1979a, 1979b), boşanmalar oldukça sık görülmektedir.

Gottman'ın çalışmalarının genel olarak (Gottman ve Notarius, 2000) evlilikte çatışma ve daha özel olarak boşanmaya giden yol olmak üzere, evlilikte etkileşim araştırmaları için merkezî önemi vardır. 7. Bölüm'de çatışma konusuyla ilgili olarak tartışıldığı gibi, Gottman (1993a, 1993b), çiftler için özellikle yıpratıcı dört çatışma davranışı betimlemektedir: aşağılayıcı eleştiricilik, savunmacı eleştiricilik ve engelleyici eleştiricilik. Bu davranışlar, bir olumsuzluk sarmalı ya da Gottman'ın deyimiyle bir *süreçler ardışıklığı biçiminde görülür* (1993a, s. 62). Ayrıca Gottman ve Levinson (2000), engelleyici eleştiriciliğin çatışmaya özellikle bir erkek tepkisi ve her iki partner için de özellikle altüst edici olduğuna işaret etmişlerdir. Bu davranışlar tırmanır ve olumluların olumsuzlara oranı beşte birin altına düşerse boşanma olasılığı artmaktadır (Gottman ve Notarius, 2000).

Pasley, Kerpelman ve Guilbert (2001), ilişkisel bağlamın bir parçası olarak toplumsal cinsiyete güçlü bir vurgu için Gottman'ın evlilikte kararlılığa yol açan et-

menler modelini genişletmişlerdir. Bu yazarlar cinsiyetin insan kimliği için ne kadar merkezî olduğuna ve eşlerin, toplumsal cinsiyet kimlikleri de içinde olmak üzere, birbirlerinin kimliklerini ne kadar doğruladıklarına ya da yanlışladıklarına ilişkin inanılabilir bir açıklama getirmektedirler. Gottman'ın modeline uygun olarak, yanlışlamanın ya da kimliği kesintiye uğratmanın, nasıl sırasında uzaklaşmaya da yol açabilen bir olumsuzluğa neden olabileceğini açıklamaktadırlar.

Boşanmaya giden yolu açıklamak için başka modeller de önerilmiştir. Huston, Coughlin, Houts, Smith ve George (2001), bu modellerden birçoğunu betimlemişlerdir. Bunlar (1) insanların "pembe gözlük takarak" evlendikleri ve ilişki ilerledikçe bu yanılsamadan çıktıkları, (2) insanların yıllar geçtikçe ortaya çıkan gerginlikle eskisi kadar iyi başa çıkamamaya başladıkları ve ilişkilerinin niteliğini düşürdükleri ve çiftlerin kur yapma evresinde, ilişkilerini niteleyerek, olumlu ve olumsuz kişisel ve kişilerarası davranışlar sergiledikleri kavramları vardır. Bu son model, Duck'ın (1982) "kötü kader" görüşü ile aynı şey değildir ama benzerdir.

Huston ve arkadaşları (2001), evliliklerinin başlangıcından yaklaşık 13 yıl sonrasına kadar, büyük bir evli çift grubunu izlemişlerdir. Araştırma, anlaşılır bir biçimde, oldukça karmaşık olmakla birlikte, yazarların vardığı temel sonuç, evliliğin ilk yıllarında boşanan çiftlerin, ilişkinin başlarında önemli sorunlar yaşadıkları yönündeydi ki bu da büyük bir olasılıkla Duck'ın (1982) "kötü kader" dediği şeyi temsil ediyordu. Başka bir grup başlangıçta idealistti, fakat zamanla yanılsamadan kurtuldular ve en sonunda boşandılar. Birlikte kalan çiftler aynı düzeyde mutlu değillerdi. Gerçekte, bazıları süregelen çatışmayı evliliğin bir parçası olarak kabul etmiş ve diğerleri de gereksinimlerini eşlerinden çok çocukları, arkadaşları ve işleri aracılığıyla karşılamışlardı. Kuşkusuz, geriye kalanlar, evliliklerini sürdürmüşler ve bunu yaptıkları için de mutluydular.

Bazı açılardan bu araştırmanın en önemli yönü "yeni evlilerin romantizmlerinin yeğinliğindeki farklılıklar kadar birbirlerine karşı olumsuz duygular açığa vurma derecelerinin de (a) evli kalanların 13 yıl sonra mutlu olup olmadıklarını ve boşananların ayrılmadan önce evliliklerinin ne kadar sürdüğünü" yordamasıdır (Huston ve ark., 2001, s. 237). Bu araştırma, ilişkinin daha başından itibaren, olumlu ilişki niteliklerinin ve etkileşimin öneminin altını çizmekte ve ayrıca boylamsal araştırmanın değerini ortaya koymaktadır.

Olumluların önemi, yaklaşık olarak 14 yıl boyunca izlenen bir evli çiftler örnekleminde boşanmanın yordayıcılarını araştıran, Gottman ve Levenson (2000) tarafından da vurgulanmıştır. Araştırmacılar, ayrılmayı yordamada iki model oluşturan, olumlu duygu ve olumsuz duygu üzerine odaklanmışlardır. Gottman ve Levenson, çiftler ortalama beş yıllık evliyken çekilen partnerler arası etkileşimlerdeki çatışma ve duygulanımların video kayıtlarını çözümlemişlerdir. Bu yolla, olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanımın, ilişkinin yaşamında farklı zamanlarda boşanma yordayıcıları olarak işlev gördüğünü ortaya koymuşlardır. Olumsuz duygulanım, erken boşanmayı yorduyordu (evlilikten sonra ortalama 7,4 yıl). Ancak, olumlu duygulanım eksikliği, daha geç boşanmayı kestiriyordu (evlilikten sonra ortalama 13,9 yıl). Bu bulgular, Huston ve arkadaşlarının (2001) bulgularına oldukça benzerdir. Olumsuzlar erken boşanmayı, olumluların eksikliği ise geç boşanmayı kestiriyordu ve ilişkilerde görece erken gözlenen etkileşimler, daha sonraki ilişkisel sonuçları kestirebiliyordu.

Kuşkusuz, belirli bir çiftin gerçekten boşanıp boşanmayacağını kestirmek olanaksızdır. Örneğin, boşanma doyumun genellikle daha yüksek olduğu evliliğin erken yıllarında da olabilir (Bumpass ve ark., 1990). Gerçekte bazı araştırmalar, doyumun ilişkinin erken ve geç dönemlerinde yüksek olduğunu, orta döneminde ise düştüğünü göstermektedir (Rollins ve Cannon, 1974; Weishaus ve Field, 1988). Doyumdaki bu düşüşün bir bölümü çocuk sahibi olmakla ilişkilidir (Gottman ve Notarius, 2000). Ana babalık hem ödüllendirici hem de sıkıntılıdır.

Yine belirtelim, ayrılmayı kestirme ve önlemenin, daha baştan bir ilişkiye girmekten kaçınma dışında, yalın bir yolu yoktur. Fakat izleyen Ayraç Kutusu'nda özetlendiği gibi, ayrılmalar için belgelenmiş bazı uyarı işaretleri vardır.

Boşanmaya Kuramsal Yaklaşımlar

Bohannan (1970, 1984), boşanmanın karmaşıklığını altı farklı boşanma türü ile gösteren bir boşanma kavramsal çerçevesi geliştirmiştir. Bu boşanma türlerinden ilki, avukatlar ve yargı ile uğraşılan resmî sürece karşılık gelen *yasal boşanmadır*. İkincisi, mal varlıklarının paylaşımı, taşınmaz mallara ilişkin kararlar, destek ödemeleri ve benzeri, ilkiyle iç içe geçmiş olan *ekonomik boşanmadır*. Üçüncüsü, üzüntüyü ve bir zamanlar çok sevilen bir kişinin ayrılıp gitmesine izin vermeyi içeren *duygusal boşanmadır*. Başka yerlerde de belirtildiği gibi, "Garip bir biçimde, eşler ortak mallarını ayırmaya ve bu mallardan bazılarının temsil ettiği anılardan ve ilişki 'geçmişinden' vazgeçmeye başladıklarında, duygusal boşanmayla ekonomik boşanma çakışabilir." (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992, s. 202). Bu çakışma, Brenda ve George'un avukatlarıyla buluşmalarında açıktı. Dördüncü boşanma türü *topluluk boşanmasıdır* (Duck'ın önerdiği [1984] boşanmanın toplumsal evresine benzer). Burada, arkadaşlar, aile ve iş arkadaşlarıyla uğraşılmak zorundadır. Bu, yalnızca yaklaşan boşanma ile ilgili olarak onları bilgilendirme anlamında değil, ayrıca onlara bir çiftten çok, iki ayrı birey olarak nasıl yaklaşılabileceğini öğrenme anlamında da bir uğraşmadır. Beşinci boşanma türü yalnızca çocuk sahibi olan çiftler arasında görülür ve ortak *ana babalık boşanması* adını alır. Burada artık evlilik anlamında ilişkileri kalmayan çiftler, ana baba partnerler olarak ilişki kurmak zorundadırlar. Çocukların bakımıyla ilgili gerçek yasal düzenlemeler ne olursa olsun, ana babaların ortak-ana babalığı becerebilme yetenekleri boşanmadan sonra çocukların başarılı uyumları için anahtardır. George ve Brenda, bu boşanma türünde çok çalışmaktadırlar. Son boşanma türü ise, diğer boşanma türleri sonuçlandıktan ya da en azından çözümlendikten birçok yıl sonra başarılabilen *ruhsal boşanmadır*. Bu noktada, son vedalaşmalar yapılır, hesaplar görülmüştür ve bir duygusal çözüme ulaşılmıştır. Brenda ve George, bu boşanma türünden henüz çok uzaktadırlar. Bohannan'ın yaklaşımının en önemli yönü, boşanmanın tek bir olay olmayıp, çok boyutlu ve çok katmanlı olduğuna ilişkin farkındalıktır.

Boşanmayla ilgili olarak sık sık adı geçen bir başka bakış açısı da *seçim bakış açısıdır*. Bu görüşe göre, bazı insanların onları başarısız evlilik deneyimlerine eğilimli kılan, kişilik sorunları, duygusal bozuklukları ya da başka türlerden engelleri vardır (Amato, 2000; Bloom, Asher ve White, 1978). Çağdaş Amerikan toplumunda bu

Ayraç Kutusu

Ayrılık Uyarı işaretleri

Belirli bir çiftin bir arada kalacağını ya da ayrılacağını kesin olarak kestirmenin mümkün olmamasına karşın, araştırmalar, ayrılma için belirli risklerin bulunduğunu göstermektedir. Bu bölümden seçilip çıkarılan bazı riskler şunlardır:

- Aşırı kıskançlık
- Aldatma ya da başka türlü kıskançlık
- Sevgi eksikliği
- Kötü eşleşmiş partnerler
- Dırdır; kontrol etmeye çalışma
- Partneri görmezden gelme
- Savunmacılık
- İletişime girmeme
- Eleştiricilik
- Cinsel uyumsuzluk
- Engelleyicilik, güçlük çıkarma ya da kaçınmacılık
- Olumlulara görece çok fazla olumsuz
- Çok fazla olumsuz, çok az olumlu duygu
- Partnere karşı saygılı olmama

kadar çok evliliğin boşanmayla sonuçlandığı göz önüne alındığında, seçim bakış açısı, özellikle yararlı bir yaklaşım olarak görülmeyebilir.

Boşanma sürecine ilişkin pek çok kuramsal yaklaşım bulunmaktadır (ör., aile sistemleri, yükleme ve karşılıklı bağımlılık kuramları gibi) ve bunlar başka yerlerde ayrıntılı olarak gözden geçirilmiştir (Amato, 2000; Fine, 2000). Amato (2000), boşanma araştırmalarının siyasal açıdan yüklü yönünü de kabul etmektedir; tartışmanın bir tarafında boşanmanın iki ana babalı aileyi yok ettiği ve eninde sonunda bir bütün olarak toplumu aşındırdığında ısrar edenler, diğer tarafında ise, sıkıntılı olmakla birlikte, boşanmanın, aile yaşamını değiştirmek ve belki de geliştirmek için bir yol olduğunda ısrar edenler vardır. Buna boşanmaya *ahlaksal bakış açısı* adı verilebilir. Ayrıca bir de, boşanma gerginliğini kısa süreli olarak (bir kriz modeli) ya da boşanmayı uzun süreli etkileri olan bir süreç olarak (kronik gerginlik modeli) gören *bir zamansal bakış açısı* bulunmaktadır (Amato, 2000).

Kutuplaşmış bu artalana karşı, Amato (2000), boşanmanın yetişkinler ve çocuklar için sonuçları üzerindeki araştırmalara nesnel olarak bakmaya çalışan, bir

boşanma gerginlik-uyum bakış açısı önermektedir (s. 1271). Bu yaklaşım, boşanmayı, insanları farklı biçimlerde etkileyen gerginliği olan (stresli) bir süreç olarak kabul eden diğer yaklaşımlarla (ör., Fine, 2000) tutarlıdır. Boşanmanın ilgili olduğu hem yetişkinler hem de çocuklar üzerindeki etkileri hemen herkesi büyük ölçüde ilgilendiren bir konudur.

Boşanmanın Yetişkinler için Sonuçları

Bazı araştırmaların, sağlık sorunları ile boşanma arasında yakın bir ilişkiyi doğrulamamasına karşın (Burman ve Margolin, 1992), araştırmalar boşanmanın hiç değilse başlangıçta, insanların fiziksel sağlıklarını etkilediğini göstermektedir (Bloom ve ark., 1978). Kişinin cinsel iyilik hâli gibi (Laumann ve ark., 1994), duygusal iyilik hâli (Fine, 2000) de olumsuz etkilenmektedir. Boşanmanın ekonomik sonuçları da vardır. Özellikle kadınlar için gelir azalmaktadır (Barber ve Eccles, 1992; Kitson ve Morgan, 1990).

Amato (2000), "birçok açıdan boşananların evlilerden daha kötü durumda olduklarını" (s. 1274) göstermede, 1990'lardaki araştırmaların, 1980'lerdekilerle tutarlı olduğunu belirtmektedir. Ancak Fine (2000), bu olumsuz etkilerin zamanla büyük ölçüde azaldığına işaret eden araştırmalarından da söz etmektedir.

Amato (2000) ayrıca, belirli bazı ilişkisel ve sosyodemografik etmenlerin, boşanma gerginliği için yararlı etkilerini vurgulamaktadır. Bir kişi destekleyici bir eşe sahip olduğunda, duygular, maddi durum ve ana babalıkta iyileşmeler olabileceği için, yeniden evlilik boşanmış bir kişinin yapabileceği en önemli şeylerden biridir. Yardımcı diğer etmenler arasında, daha fazla eğitim, daha iyi bir iş ve boşanmayı başlatan taraf olma sayılabilir.

Boşanmanın Çocuklar için Sonuçları

Çocuklar, ana babalarının boşanmasından çok güçlü bir biçimde etkilenirler, ancak boşanma zamanındaki yaşlarına bağlı olarak farklı tepkiler gösterebilirler (Santrock ve Sitterle, 1987). Örneğin, okul öncesi ve ilkokul çocukları korkabilir, kafaları karışabilir ve boşanma için kendilerini suçlayabilirler. Daha büyük çocuklar ve ergenler, daha az korku ancak daha fazla kızgınlık yaşayabilir ve ana babalarından hangisine bağlanacakları konusunda bocalayabilirler.

Boşanmanın erken çocuklukta ya da daha ileriki dönemlerde olmasının, çocuklar için daha sonraki sonuçları açısından önemli farklılıklara yol açmadığı görülmektedir (Santrock ve Sitterle, 1987). Boşanmış ailelerin çocukları, boşanmamış ailelerinkilerle karşılaştırıldığında, daha fazla davranış sorunlarına, daha düşük akademik başarıya, daha az toplumsal beceriye ve daha düşük benlik saygısına sahip görünmektedirler, fakat farklılıklar küçüktür (Amato, 2000). Simons ve arkadaşları (Simons, Lin, Gordon, Conger ve Lorenz, 1999), boşanmış ve boşanmamış ailelerden kız ve erkek çocuklarda uyum sorunlarını karşılaştırmışlardır. Boşanma sonrasında babanın, ana babalık işlerine daha az girmesi ve annenin de bunalıma girmesi nedeniyle, erkek çocuklarda saldırganlık ve şiddet içeren davranışların (dışavurucu davranış) arttığını ortaya koymuşlardır. Anne ve babanın bu durumları etkili ana babalık için bir engel oluşturuyordu. Boşanmış ailelerden erkek çocuklar, ana babalığın niteliği ne olursa ol-

sun, diğer erkek çocuklardan daha fazla bunalıma giriyorlardı. Eğer anneleri nitelikli ana babalık için yeterliyse, kız çocukları daha az etkilenmiş görünüyorlardı ve boşanmamış ailelerdeki kız çocuklarından bir farkları yoktu. Ancak, çocuklar ve özellikle de erkek çocuklar için babanın ilgisi açık bir biçimde önemlidir. Baba yokluğunun çok ciddi sonuçları olabilir (McLanahan, 1999) ve gerçekten baba sevgisi "çocukların ve genç yetişkinlerin toplumsal, duygusal ve bilişsel gelişimleri ve işlev görmeleri üzerinde" aşırı derecede etkilidir (Rohner ve Veneziano, 2001, s. 382).

Öyle görülüyor ki ana babalık ve ev yaşamıyla ilgili diğer sorunlar çocukların uyumunda önemlidir, fakat bu etmenler aile yapısı ne olursa olsun önemlidir. Örneğin, Deatter-Deckard ve Dunn (1999) tek anneli, üvey anneli, üvey babalı ve ana babaları öz olan ailelerden olan çocukları karşılaştırmış ve "bu dört aile türünde, değişik çoklu risk etmenleriyle uyum arasındaki kestirimsel bağlantıların farklı değil, benzer olduğunu" (s. 61) ortaya koymuşlardır.

Olumsuz etkilerin büyük ölçüde belgelenmiş olmasına karşın, belirli koşullar altında, boşanmanın çocuklar üzerinde yararlı etkilerinin olduğu yönünde kanıtlar da bulunmaktadır. Örneğin, ana baba çatışmasının az olduğu durumlarda olumsuz etkiler görülebilmekle birlikte, çocuklar çatışmanın çok olduğu bir ortamda yaşamaktan kurtarıldıklarında, boşanmadan sonra işlev görmede bir iyileşme göstermektedir (Booth ve Amato, 2001; Hetherington, 1999). Ve yakın geçmişte yapılan araştırmalar, boşanmada aracılığın, boşanan ana babalar ve çocukları için yardımcı olduğunu göstermektedir (Emery, Laumann-Billings, Waldron, Sbarra ve Dillon, 2001).

Bazı araştırmalar, boşanma sonrası etkilerin çocukları yetişkinliğe kadar etkilemeyi sürdürdüklerini gösterirken (Amato, 1999; Booth ve Amato, 2001); diğerleri, boşanmış ailelerden genç yetişkinlerin, boşanmamış ailelerden olanlardan, anlamlı farklılıklarının olmadığına işaret etmektedir. Hayashi ve Strickland (1998), boşanmış ve boşanmamış ailelerden genç yetişkin üniversite öğrencilerini taramışlar ve onları şimdiki romantik ilişkileriyle ilgili birçok boyutta karşılaştırmışlardır. Gruplar, güvenli bağlanma ve diğer olumlu ilişkisel boyutlarda farklılık göstermemişlerdir. Hiç değilse bir kabullenici (ör., bakım veren) ana baba ya da ana baba yerine geçen bir kişiyle büyüyen ve bağımsız olmaya özendirilen öğrenciler, ana baba ya da ana baba yerine geçen kişinin reddedici ve aşırı koruyucu olduğu öğrencilerle karşılaştırıldığında, şimdiki romantik ilişkilerinde kendilerini daha güvenli hissettiklerini belirtmişlerdir.

Diğer araştırmalar da boşanmış ve boşanmamış ailelerden genç yetişkin çocuklar arasında, romantik ilişki tutumları açısından hemen hemen hiçbir fark bulamamıştır (S. S. Hendrick, C. Hendrick, Shoemaker ve Inman-Amos, 1995). Burns ve Dunlop (1998), ana babaları boşanmış ergenler üzerinde yaptıkları boylamsal bir çalışmada bu ergenlerin genç yetişkinlikteki yakın ilişkilerinin niteliğinin, boşanmamış ailelerden genç yetişkinlerinkinden farklı olmadığını ortaya koymuşlardır. Ancak, Jacquet ve Surra (2001), ana babaları boşanmış genç yetişkinlerin (özellikle kadınlar), boşanmamış ailelerden gelenlerle karşılaştırıldığında, romantik ilişkilerinde daha az doyum, güven ve daha fazla çatışma ile duygu karmaşası yaşadıklarını göstermişlerdir. Ancak yine de gruplararasındaki farklılıklar küçüktür.

Boşanmanın çocuklar ve yetişkinler üzerindeki anlık ve uzun dönemli etkileri üzerine tam bir görüş birliğinin olmamasına karşın, boşanma üzerine araştırmaların büyük çoğunluğu "boşanmanın bazı bireyler için yararlı olduğunu, bazılarının esen-

liklerinde zamanla düzelen düşmelere yol açtığını ve diğerlerini ise, belki de hiç iyileşemeyecekleri bir kötüye gidiş döngüsüne zorladığını" (Amato, 2000, s. 1282) göstermektedir. George ve Brenda, çocuklarının boşanmanın yarattığı sarsıntıyı atlatmalarını içten ümit etmişlerdir. İki ayrı boşanmanın ve iki ayrı insanın aynı olmadıklarını anlamaya çalışmak önemlidir. Bu nedenle, boşanma ve özellikle aile yapılarındaki çeşitliliğin daha iyi anlaşılması, boşanmış, yeniden evlenmiş ve tek ana babalı aileler için başa çıkma kaynaklarının ulaşılabilirliğini arttıracaktır (Fine, 2000). Ayrıca, ilişki araştırmacıları arasında bağışlayıcılık çalışmalarına artan ilginin (Fincham, Paleari ve Regalia, 2002; Finkel, Rusbult, Kumashiro ve Hannon, 2002), kötü ilişkileri iyileştirmede gerçekten yardımcı olabilecek bilgilerle sonuçlanması olasıdır.

İlişkinin bitimiyle ilgili hiçbir çalışma, ölüm yoluyla kayıp konusu anlaşılmaksızın tam olmayacaktır ve bu konu izleyen alt bölümde kısaca tartışılmıştır.

Yoksunluk

Yoksunluk, çok kapsamlı bir konudur ve ilişkili çok iyi gözden geçirme çalışmaları vardır (ör., Stroebe, Stroebe, Hansson ve Schut, 2001). Burada odak noktası, bir ilişki partnerinin kaybından kaynaklanan yoksunluk olmakla birlikte, daha geniş bir tanımın akılda tutulması yerinde olacaktır. Harvey ve Hansen (2000), *yoksunluğu* "çoğumuzun yaşamında hem bilinçli hem de bilinçsiz düzeylerde, farklı derecelerde süregiden, büyük kayıplarla ilişkili bir süreç" (s. 360) olarak tanımlamışlardır. Belgelenmiş niteliksel benzerlikler de bulunmakla birlikte, kayıp duygusunu herkes farklı yaşar.

Yoksunluk genellikle ayrılık kaygısı, hüzün ve yas duygularını içerir. Bazı kuramcılar tarafından bir bağlanma bakış açısı içerisine yerleştirilmiştir (ör., Raphael ve Dobson, 2000); gerçekte bazıları, kaygılı bağlanmanın bazı yönlerinin, kayıp sonrası başa çıkma sorunlarıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır (Field ve Sundin, 2001). Ağlama ve üzüntü kadar, kayıp ve yalnızlık duyguları da sürecin parçalarıdır. Çoğu insan için, ilk yıldan sonra kayıp acısının yeğinliği azalır ve süresi uzayan hüzüne *kronik hüzün* adı verilmiştir (Raphael ve Dobson, 2000). Kızgınlık, şiddetli çökkünlük ve kaybedilen kişiyle ilgili kontrol edilemeyen, kesintiye uğratıcı anıları da içeren ve normal yas döneminden daha uzun süren yasa, *karmaşık yas* ya da *patolojik kayıp acısı* adı verilmektedir (Horowitz, Bonanno ve Holen, 1993). Kaybedilen kişiye ilişkin iki yönlü duygular, geçmişteki çatışmalar ve çözülmemiş duygusal sorunlar, yoksunluğa daha zor uyum sağlamakla ilişkilendirilmektedir (Field, Hart ve Horowitz, 1999). Nolen-Hoeksema, McBride ve Larson (1997), kayıp yaşayan insanlarla yapılan çalışmaları, bağlanmış oldukları eşleri ölmüş eşcinsel erkekleri de içine alacak biçimde genişletmiş ve bir kişinin yas dönemi boyunca yapıcı bir çalışmanın, ne duygusal sorunlardan kaçınmayı ve ne de onlar üzerinde durmayı içerdiği sonucuna varmışlardır.

Yoksunluğun ya da kayıp acısının bağışıklık sistemi etkinliğinde azalma da içinde olmak üzere, bir dizi fiziksel etkisi vardır (Raphael ve Dobson, 2000). Toplumsal etkileri, toplumsal konumun ve toplumsal yapının kesintiye uğramasını, artan yalnızlık ve toplumsal yalıtılmışlığı ve yaşamın anlamını kaybetmesini içerir (Hansson ve Hayslip, 2000). Bu etkilerin birçoğu, insanlar gerekli "yas çalışmasına"

girerlerse, çözülebilir olmakla birlikte yoksunluk fiziksel, psikolojik ve duygusal bir gerginlik kaynağıdır.

Var olan araştırmaların çoğu dul erkeklerden çok, dul kadınlar üzerinde yapılmıştır, çünkü kadınlar eşlerinden daha uzun yaşamak, daha seyrek yeniden evlenmek ve daha sonraki yıllarını yalnız geçirmek eğilimindedir (Hansson ve Hayslip, 2000). Çocuk yetiştirme ve ilgili sorumluluklara daha fazla girmeleri nedeniyle, daha yaşlılarla karşılaştırıldığında genç kadınların, dulluk yaşantıları biraz daha farklıdır (Levinson, 1997). Levinson (1997), genç dulların kaybı atlatmalarıyla ilgili üç evreli bir model betimlemektedir. Birinci evre, yaşanan büyük değişimlere günden güne uyum sağlayarak hayatta kalmayı içerir. İkinci evre, kayıpla dulun yaşamını yeni boyutlarda yeniden düzenlemesiyle ilgili başlangıç çabalarının bir bütünleştirilmesini içerir. Bu yeniden düzenleme, evi yeniden dekore etme, toplumsal çevreyi genişletme, ilk yakın ilişkiye girme ve benzerlerini içerebilir. Bu ilk yakın ilişki uzun sürmeyebilmekle birlikte, bir sonraki evre olan yenilenmeye geçişi kolaylaştırır. "İlk ilişkinin sona ermesinin bir sonucu olarak, genç dul sık sık benlik bilincinin bazı yönlerine yansıyan içsel, bir psikolojik değişim yaşar... Yeni bir anlam yapısı ortaya çıktığında uyum süreci tamamlanır" (s. 284-285). Bu noktada, yaşlı dul yaşamını kaybı ile uyumlu hâle getirebilirken, genç dul yeni bir ilişkiye girebilir ve yeni bir yaşam kurabilir.

Daha yaşlı dullar, yoksunluğa daha gençken dul kalanlardan daha farklı bakmakla birlikte, eşit derecede ya da daha da başarılı olabilirler. Daha yaşlı insanlar, daha çeşitlenmiş bir benlik kavramına, gerginlik kaynaklarıyla başa çıkmada daha fazla deneyime ve gereksinim duyulan toplumsal destekle var olan toplumsal destek arasında daha iyi bir dengeye sahip olabilirler (Hansson ve Hayslip, 2000; Harvey ve Hansen, 2000). Altmış beş yaş üzeri insanlarla yirmilerinde olanları ayrılık acısı ve ayrılıkla başa çıkma açısından karşılaştıran Barnes ve arkadaşları (Barnes, Harvey, Carlson ve Haig, 1996), daha yaşlı insanların, daha genç olanlardan, sevdikleri birinin kaybına birçok boyutta daha olumlu bir uyum gösterdiklerini ortaya koymuşlardır. Bu nedenle yaş, kayıpla başa çıkmanın bazı ögeleri için bir risk etmeni olabilir (Hansson ve Hayslip, 2000), fakat aynı zamanda olumlu bir kaynaktır da.

Kaybın etkisinden kurtulma ve etkin yoksunluğu tamamlamak bireyin yaşaması gereken bir süreçtir, fakat bireyin sürece girdiği bağlam yaşamsal derecede önemlidir. Eşin ölümünü izleyen aylar ve yıllar boyunca, aile ve arkadaşların etkin desteği ve katılımı hayatta kalan eşin yaşama sarılmasını sağlar ve ait olma gereksinimini doyurur. Sağlık ve ruh sağlığı sisteminin duyarlılığı, yoksunluk yaşayan kişinin yas sürecinde gereksinim duyduğu yardımı daha erken almasını sağlar. Danışmanlık, bazı insanlar için yararlı olabilir ve yardımlaşma grupları özel bir tür destek sağlar.

Yoksunluğun, üzüntü ve kayıp duyguları açısından, ayrılma ve boşanmayla örtüştüğü noktalar vardır. Ancak Harvey ve Hansen'in (2000) de işaret ettikleri gibi, boşanma ve dolaylı olarak ayrılma, eşlere belki birkaç yıl farklı bir biçimde yeniden birbirlerini çekmek ve hatta eski sorunlar üzerinde yeniden çalışmak ve onları daha iyi çözmek için zaman tanır. Ölüm, bu tür bir seçenek sunmaz. Sonuçta yoksunluk, diğer kayıp deneyimleri arasında tektir.

İzleyen Ayraç Kutusu'ndaki alıştırmayı kendi kayıp yaşantınızı gözden geçirmenize yardımcı olmak için tamamlayınız.

Ayraç Kutusu

Bir Kayıp Deneyiminin İncelenmesi

Belki biten bir arkadaşlık, bir ailenin dağılması, bir boşanma ya da bir ölüm nedeniyle herkes sevdiği birini kaybetme deneyimi yaşamıştır. Kişisel olarak yaşadığınız bir kaybı düşünün: Romantik bir ilişkiniz acı verici bir biçimde bitmiş, ana babanız boşanmış olabilir ya da bir yanlış anlaşılma nedeniyle bir arkadaşınızı kaybetmiş olabilirsiniz. Bu kayıp deneyimini düşünün. Kaybın farkına vardığınız ilk anı anımsayın.

- Günün hangi saatindeydi?
- Neredeydiniz?
- Nasıl hissettiniz?
- Üzüldünüz mü, yoksa kızdınız mı?

Şimdi bir kâğıt ve kalem alın ya da bilgisayarınızın başına oturun ve kaybettiğiniz ilişki partnerine, size kızan arkadaşınıza ya da boşanan ana babanıza bir mektup yazmaya başlayın. Önce o kişiye merhaba deyin ve kayıp olayıyla ilgili anımsadıklarınızı anlatın. O zaman neler hissettiğiinizi açıklayın. O kişiye hiç sormayacak ya da yanıtını hiç almayacak olduğunuz soruları sorun. Ona yaşadığınız kaybın sizin üzerinizdeki uzun süreli etkilerini anlatın. Daha sonra bu olanların yerine neyin olmasını arzu ettiğinizi ve bu kayıp olayı hiç olmasaydı bazı şeylerin şimdi nasıl farklı olabileceğini yazın. Son olarak bu kişiye şu anki yaşamınız ve neler yaptığınızla ilgili bilmesini istediğiniz şeyleri anlatın. Daha sonra hoşça kal deyip mektubu imzalayın.

Yazdığınız mektubu birkaç gün için bir kenara koyun ve daha sonra onu çıkarıp tekrar okumaya hazırlanın ve yeniden okuyun. Mektubu gerçekten yeniden okumadan önce onunla ilgili konuşabileceğiniz en az bir kişinin yanınızda bulunmasını sağlayın. Bu alıştırma, bilgilendirici ve hatta iyileştirici olabilir ancak üzücü de olabilir.

Özet ve Sonuçlar

Bir ilişki kaybı, romantik bir ilişkinin sona ermesi, bir boşanma ya da hatta bir ölüm nedeniyle yaşanabilir. Kıskançlık, ilişkiler üzerinde olumsuz etkileri olan bir duygudur. Genellikle kişinin romantik partnerini başka birine kaptırma korkusundan kaynaklanır. Bazı insanlar kıskançlık ve imrenmeyi aynı şeylermiş gibi görse de, kıskançlık kaybetme korkusunu, imrenme ise başkalarında olan bir şeye sahip olma arzusunu anlatır. Erkekler de kadınlar da kıskançlığı yaşarlar fakat ona farklı biçimlerde tepki verebilirler. Aldatma çoğu Batı toplumunda hoş görülmeyen, fakat pek çok insan tarafından da gösterilen bir davranıştır. Aldatma bir yakın ilişkideki biri, üçüncü bir kişiyle cinsel ilişkiye girdiğinde olan şeydir. Genellikle, kadınlar ilişki-

lerinden doyum almadıklarında, erkeklerse cinsel deneyimin kendisi için aldatırlar. Aldatma, ilişkilerde ağır bir gerginlik kaynağı olabilir ancak kaçınılmaz bir biçimde ilişkinin sona ermesine yol açmaz.

İlişkiler, önceki sorunlar, ilişki sürecindeki bozulma ve aldatma gibi olumsuz olaylar da içinde olmak üzere, pek çok nedenle sona erer. İlişkideki etkileşim savunmacı ve kayıtsız bir biçim aldığında ve olumluların olumsuzlara oranı beşte birin altına düştüğünde bir çiftin ayrılması olasılığı artar. İlişkilerin getirilerinin ve götürülerinin olduğu kadar ayrılığın önünde engeller de vardır. Bazen, bir kişiyi bir ortağa çeken şey, en sonunda onu sıkan şey olur. Ayrılma bir olaydan çok bir süreçtir ve kişisel düşünce, ilişkisel pazarlık, toplumsal ağ ve en son hesaplaşma evrelerini içerebilir. İnsanlar ayrılığa büyük duygusal altüst olmayla tepki verebilirler fakat zaman, benlik saygısı ve toplumsal destekle bunu alt edebilirler. Birçok durumda, ilişki ne kadar ciddiyse ayrılık da o kadar zordur. Partnerler ayrılmaya aynı tepkileri gösterir görünmemektedirler.

Boşanma ya da evliliğin yasal olarak sona ermesi, son 30-40 yıl içinde ABD'de çok yaygın hâle gelmiştir. Boşanma üzerine bazı araştırmalar partnerler arasında olumsuz etkileşime vurgu yaparken, diğer araştırmalar ilişkinin çok erken dönemlerindeki etkileşimin daha sonraki ilişki çıktılarını yordadığına işaret etmektedir. Olumsuz etkileşim erken boşanmaları yordayabilirken, olumlu etkileşim eksikliği daha sonraki boşanmaları yordayabilir. Mali konular, duygular ve çocuklarla uğraşma ve benzerleri de içinde olmak üzere, boşanmanın pek çok yönü vardır ve bunların pek çoğu birbirleriyle örtüşür. Yetişkinler boşanmaya fiziksel ve duygusal sorunlarla tepki verebilirler ve kadınlar boşanmadan sonra ekonomik olarak hemen her zaman daha kötü durumdadırlar. Çocuklar birçok yönden olumsuz etkilenirler ve (eğer velayetleri ondaysa) anne tarafından etkili ana babalığın devamı çok olumlu bir fark yaratabilmekle birlikte, babanın ana babalığa katılımı da aşırı derecede önemlidir. Yeniden evlenme hem yetişkinler hem de çocuklar için olumlu olabilir. Araştırmalar, boşanmış ana babaya sahip olan yetişkinlerle, evli kalmış ana babaya sahip olan yetişkinler arasında büyük farklılıkların olmadığını göstermektedir Boşanma tartışmaları, bazı insanların boşanmanın bütün toplumu aşındırdığını, bazılarının da onun diğer bir tür yaşam biçimi seçeneği olduğunu savunmaları nedeniyle, siyasallaşmıştır. Gerçekte, boşanmanın bazı insanlar için olumlu etkileri, bazıları için kısa süreli olumsuz etkileri ve bazıları için de sürekli olumsuz etkileri vardır.

Yoksunluk, sevilen bir kişi öldüğünde yaşanır ve bu bölüm bir ilişki partnerinin ya da eşin ölümüne odaklanmıştır. Bu tür kayıpların duygusal, psikolojik ve toplumsal etkileri vardır ve yaşamda büyük uyarlamaları gerektirir. Pek çok olumsuz duygusal bileşenleri olan ve alışılandan daha uzun süren yas, patolojik ya da ağır yas adını alır. Yaşlı insanların daha fazla sorunlarının olması nedeniyle, yoksunlukla başa çıkmada yaş önemli bir risk etmenidir ancak yaşlı insanlar bu tür sorunlarla başa çıkmak için daha donanımlı da olabilirler. Genç yaşta dul kalan kadınların yaşamlarını tekrar düzenleyerek yeni yakın ilişkilere girme olasılıkları daha yüksekken, daha yaşlı dulların yalnızca yaşamlarını yeniden düzenlemekle yetinmeleri olasılığı daha yüksektir. Ayrılma ve boşanmada olduğu gibi, yoksunluğun etkisinden kurtulmada da diğer insanlara ve genel olarak yaşama bağlı kalma önemlidir.

Anahtar Kavramlar

Yoksunluk (s. 180)
İlişkinin sona ermesi (ayrılma) (s. 170)
Boşanma (s. 174)
Kıskançlık (s. 166)
Aldatma (İhanet) (s. 167)
Kayıp (s. 166)

Önerilen Okumalar

Amato, P. R. (2000). The consenques of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family, 62, 1269- 1287.*

Buunk, B. P., & Dijkstra, P. (2000). Extradyadic relationships and jealousy. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 317-329). Thousand Oaks, CA: Sage.

Duck, S. W. (1984). A perspective on the repair of personal relationships: Repair of what, when? In S. W. Duck (Ed.), *Personal Relationships 5: Repairing personal relationships* (pp. 163- 184). New York: Academic Press.

Fine, M. A. (2000). Divorce and single parenting. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 139-152). Thousand Oaks, CA: Sage.

Hetherington, E. M. (Ed.). (1999). *Coping with divorce, single parenting, and remarriage.* Mahwal NJ: Lawrence Erlbaum.

Strobe, M. S., Stroebe, W., Hansson, R. O., & Schut, H. (Eds.). (2001). *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care.* Washington, DC: american Psychological Association.

9 Farklı İlişkiler

Farklı İlişkilerle ile İlgili Ne Biliyoruz?

İlişkileri Kavramsallaştırma

Yeniden Evlilik Yoluyla Oluşan Aileler

- **Yeniden Evlilikte Kur Yapma**
- **Yeniden Evlilikte İlişki Niteliği**
- **Yeniden Evlenen Ailelerde Çocuklar**

Eşcinsel Kadın ve Eşcinsel Erkek İlişkileri

- **Kur Yapma ve İlişkiyi Sürdürme**
- **İlişkinin Sona Ermesi**
- **Eşcinsel Ailelerde Çocuklar**

Çok Kültürlü/Çok Irklı İlişkiler

- **Renkli Aileler**
- **Kültürel ve Irksal Karşılaştırmalar**
- **Etnik Gruplararası/Irklararası Çiftler**

Birlikte Yaşayan Çiftler

İlişki Öyküsü

Bebeğin Odasını Boyamak

Becky ve Chris bir ikilem yaşıyorlardı: Becky bebeğin odasını sarıya, Chris ise yeşile boyamak istiyordu. Uzun zaman önce standart mavi ve pembe renklerin yeni bebeklerinin odasına gitmeyeceği konusunda anlaşmışlardı; bu nedenle hangi rengi istedikleri ve her şeyin nasıl görünmesi gerektiği konusunda herhangi bir sorun yaşamayacaklarını düşünmüşlerdi. Hiç yanılmışlar mıydı ki! Kuşkusuz, başka herhangi bir şey yapmadan önce boya işini bitirmek zorundaydılar. Becky ve Chris, bunun geçici bir aksaklık olduğunu biliyorlardı ve gerçekte bebeğin odasının hangi renge boyanacağına karar verme durumunda olmaktan hoşnuttular.

Anlayacağınız, Becky ve Chris bu bebeği çok uzun bir süredir istiyorlardı. İlk kez üniversitede bir kimya laboratuvarında tanışmışlar ve hedefi 12'den vurmuşlardı. Benzer geçmişleri paylaştıklarını,

dinsel ve siyasal açılardan benzer inançlara sahip olduklarını görmüşlerdi. Becky sağlam bir ailede büyümüş Chris ise ana babasının boşanmasından sonra ergenlik döneminin büyük bir bölümünü yeniden evlenmiş bir ailede geçirmişti. Fakat her ikisi de öz ve üvey ana babalarına, kız ve erkek kardeşlerine yakındılar. Çıkmaya başladılar ve ondan sonra hep birlikteydiler.

Üniversiteden mezun olduktan sonra Becky önce din eğitim kurumunda eğitim aldı ve daha sonra da bir hastanede din işleri memuru olarak işe başladı. Chris ise bir mimar olarak çalışıyordu. Şehirde bir çatı katı daireleri vardı ve yıllarını bu daireyi istedikleri gibi döşeyerek, mesleklerini geliştirerek, seyahat ederek ve genel olarak birlikte yaşamaya başlayan her genç çift gibi yaşayarak geçirmişlerdi. Kuşkusuz, yaşam sorunsuz değildi, ancak iş ve sağlıkla ilgili sorunları öyle büyük şeyler değildi.

O ilk yıllarda, yaşadıkları en büyük sorun birbirlerini gerçekten dinlemeyi öğrenmekti. İlk başlarda Chris, Becky'ye göre daha girgin ve kendinden daha emindi ve neredeyse ilişkiyi o götürüyor görünüyordu. Sonra Becky arada sırada, "Chris, beni hiç dinlemiyorsun! Her zaman her şeyi en iyi sen bilirmişsin gibi davranıyorsun. Bu beni hasta ediyor. Her şeyi yönetmeyi bırak." diye patlıyordu. Chris, her seferinde Becky'nin bu öfkesine şaşırıyor, bazen onu azarlıyor, bazen özür diliyor ve bazen de kafası karışık ortalıkta dolanıyordu. Fakat zaman geçtikçe ve bir terapistin de yardımıyla ilişkileri üzerinde çalıştılar ve her birinin diğeri tarafından dinlenildiğini hissettiği bir noktaya geldiler. Birlikte geçirdikleri yıllar boyunca, akçal konular, ev işleri ve benzerleri yanında ilişkide güç paylaşımını öğrenme konusunda da oldukça yol aldıklarını hissetmişlerdi.

Zaman geçtikçe, meslekleri iyileşiyordu ve ilk evlerini aldılar. Ana babaları uzun süredir büyükanne/büyükbaba olma konusunda laf çarpıyorlardı ve öteki çocuklarından birçoğunun Chris ve Becky'nin sevip oynamayı çok sevdikleri çocukları vardı. Birçok arkadaşının da çocukları olmaya başlamıştı. Kısa bir süre sonra, Becky ve Chris çocuk için hazır olduklarına karar verdiler fakat hiçbir şey olmadı. Sabırsızlanmaya başladılar ve daha sonra çok kaygılandılar. Fakat Becky hamile kalmaya çalıştıkça ve başarısız oldukça bir bebeğe sahip olma istekleri artıyordu.

Bu, onlar için zor bir dönemdi. Nereye giderlerse gitsinler, bebekleri görüyorlardı. Aileleri ve arkadaşları ince sorular soruyorlardı ve onlar için hamile kalmada karşılaştıkları güçlükler hakkında konuşmak giderek zorlaşıyordu. Bazen kendilerini, bir bebeğe sahip olmanın, tüm bu gerginliğe ve çektiklerine deyip deymeyeceğini tartışırken buluyorlardı. Her zaman değeceğine karar veriyorlardı! Sonunda kapsamlı bir kısırlık testine girdiler. En sonunda bazı tıpsal sorunlar nedeniyle hamilelik olasılığının çok düşük olduğunu öğrendiklerinde, neredeyse rahatladılar. Hiç değilse biliyorlardı. Fakat onlar için büyük düş kırıklığı olmuştu. Becky ve Chris, hiçbir zaman olmayacak bebekleri için birbirlerine sarılarak ağladılar.

Aylar geçtikçe, Chris ve Becky bir bebeğe sahip olamamanın üzüntüsünü yavaş yavaş attılar ve ana babalık konusunu farklı bir bakış açısıyla konuşmaya başladılar. Her ikisi de "kendi" çocuklarına sahip olmayı çok istiyordu fakat kendilerine benzeyen ve onların huylarını alan bir çocuğa sahip olmaya ilişkin biyolojik konuları bir tarafa bıraktıkça, asıl istediklerinin ana baba olmak olduğunu anladılar. Biyolojik çocukları olsun ya da olmasın, sevmek ve büyütmek için bir bebek ya da

çocuk istiyorlardı. Ancak evlat edinme düşüncesi onlar için yeniydi ve başkalarıyla konuşmadan ya da evlat edinme ile ilgili daha fazla bilgi edinmeye çalışmadan önce, çok düşündüler ve konuştular.

Chris ve Becky, konuyu ana babalarına açtıklarında hiç beklemedikleri bir destek buldular. Ana babaları, çocuk büyütmenin zevkli ve sıkıntılı yönlerinden söz ettiler ancak hiçbiri evlat edinme ile ilgili olumsuz bir şey söylemedi. Kardeşleri de çoğu arkadaşları gibi, aynı derecede destekleyiciydi. Tanıdıkları Beyaz/İspanyol Amerikalı bir çift, çift ırklı (beyaz Amerikalı/Afrika kökenli Amerikalı) bir bebeği evlat edinmişti; böylece bu çiftle, çift ırklı bir çocuğu evlat edinmenin birlikte getirdiği sorunlar üzerinde olduğu kadar, evlat edinme hakkında da konuştular. Bu çift, bazı insanların, Afrika kökenli Amerikalı çocukların, kendi toplulukları içinde, yerli Amerikalı çocukların ise Yerli Amerikalılar arasında büyümesi gerektiğine ilişkin güçlü duygularının olduğunu, diğer bazılarınınsa evlat edinen bir ailede gerekli olanın tümünün sevgi dolu bir ana babalık olduğuna inandıklarını anlattılar.

Evlat edinmeyi bir dizi farklı açıdan araştırırken, Becky ve Chris, evlat edinme sürecini çevreleyen bazı siyasal ve yasal konularda eğitim almış oldular. Becky'nin din işleri memurluğu eğitimi, özel evlat edinme, dinsel temsilcilik yoluyla evlat edinme, devlet dairesi yoluyla evlat edinme ve hatta yabancı evlat edinmeyi araştırırken değişik evlat edinme danışmanları ve temsilcilikleriyle görüşmelerinde onlara yardımcı oldu. Aynı zamanda evlat edinme sitelerini de araştırmaya başladılar ve bilgisayarın yepyeni bir bilgi kaynağı olduğunu keşfettiler.

Birçok ay süren aramadan sonra, kendileri için düşünülmesi gereken birçok alan olduğunun farkına vardılar. Özellikle, yoksulluk içinde doğup bir devlet yetimhanesinde yetişmiş olabilecek bir bebeğin olası tıpsal ve fiziksel sorunlarıyla ilgileniyorlardı. Bu olası sorunların çoğunun üstesinden gelebileceklerini biliyorlardı fakat kendilerini, altında ezilecekleri ve başa çıkamayacakları kadar çok sorunu olan bir bebekle zor bir duruma sokmak istemiyorlardı.

Ayrıca bekleme süresi de onlar için bir sorundu. Evlat edinme bazen yıllar sürebiliyordu! Özel evlat edinme o kadar uzun sürmüyordu fakat diğer evlat edinme biçimleri kadar yasal koruma sağlamıyor; bu da Becky ve Chris'i kaygılandırıyordu. Biyolojik annesinin bir gün ortaya çıkıp onu geri isteyeceği bir bebeğe "aşık olmak" istemiyorlardı.

Chris ve Becky eğitimliydiler ve bürokrasiyle nasıl başa çıkacaklarını biliyorlardı, akçal kaynakları da vardı fakat evlat edinme süreci hâlâ zaman zaman bir işkence gibi görünebiliyordu. Maliyet çok önemli bir etmendi. Binlerce dolara mal olacaktı. Bunu karşılayabilecekler miydi? Zaman diğer bir etmendi. Yıllarca sürebilirdi ve beklemek çok zor olabilirdi. Sonunda, uzun süre düşünüp taşındıktan sonra artık devam etmeye karar verdiler. Yılbaşından hemen sonra, oturdukları kentte yazıhanesi bulunan bir dinsel toplumsal hizmet temsilciliğiyle çalışmaya karar verdiler ve Çinli bir bebeği evlat edinme üzerinde anlaştılar. Bebeklerinin bir kız, bekleme süresinin de bir ya da iki yıl olacağı söylenmişti.

Bir kez kararlarını verdikten sonra, omuzlarından büyük bir yükün kalktığını hissettiler. Bundan sonra ne olursa olsun, her ikisi de doğru karar verdiğini düşünüyordu. İşte temmuz ayının bir cumartesi sabahı, kendilerini hırdavat mağazası-

nın boya bölümünde alacakları boyanın rengine karar vermeye çalışırken bulmaları böyle olmuştu.

Şanslarına, satıcıların gerçekten yardımcı olmaya çalıştıkları bir mağazadaydılar ve boya bölümünde çalışan anaç tavırlı Aretha, onların ikilemiyle gerçekten ilgilenir görünüyordu. Öykülerini ona anlattıklarında yüzü aydınlandı ve onları bir "proje" olarak üstüne alacağı ortaya çıktı. Aretha, "Çocuklarım artık büyüdü, fakat ilk bebeğim için ilk çocuk odasının dekorasyonu, hayatımın harika anlarından biriydi. Şimdi dekorasyonu daha kolay ve daha eğlenceli yapan birçok şey var, izin verin göstereyim." dedi. Ve bir saat sonra Becky ve Chris bir kutu dolusu malzeme ve bebek odasını nasıl dekore edeceklerine ilişkin bir planla mağazadan çıktılar. Sarı duvarlar ve sarı-yeşil sınırlardan oluşan planları, her birine istediği şeyi veriyor ve bir bebek odası için kusursuz görünüyordu. Harika bir bebek odası olacaktı. Birkaç hafta sonu boyunca üzerinde çalıştıktan sonra, odanın bir biçim almaya başladığını gördüler ve daha da fazla heyecanlandılar. Bebeklerinin gelmesinin uzun bir süre alabileceğini bilmelerine karşın, hazır olmak istiyorlardı.

Daha sonra, kasım ayının başlarında, bekledikleri telefon sonunda geldi! Onlarla ilgilenen görevli arayıp bebeklerinin doğduğunu söylediğinde, Becky hastanede evrak işleriyle uğraşıyordu. Becky hemen Chris'i aradı. "Bebeğimiz doğmuş!" diye bağırdı; "Bir kız ve 3 ya da 4 hafta içinde gelecekmiş. Gelme tarihini net olarak öğrendiklerinde bizi arayacaklarmış." Chris ve Becky o gece heyecan verici haberi iletmek için ailelerini ve yakın arkadaşlarını aradılar ve mutfak masasında karşılıklı uyuyamayacak kadar heyecanlı bir biçimde birbirlerine bakarak oturdular. Bir bebekleri olacaktı! Çocuk bakımıyla ilgili son düzenlemeleri yaptılar, bir çocuk doktoru ayarladılar, bebek kıyafetleri, bezleri ve mamaları aldılar ve akıllarına gelebilecek her şeyi hazırladılar. Bunlarla uğraşırken günler çabucak geçti. Telefonun çalmasını beklemeye başladılar ve sonunda çaldı. Temsilciliğin Çin'deki bir evlat edindirme görevlisi bebeği Amerika'ya getiriyordu ve gelecek salı havaalanında olacaklardı.

Salı gelmişti bile, Chris ile Becky yerlerinde duramıyorlardı. Tekrar herkesi aradılar ve haberi ilettiler. Daha sonra saati izlemeye başladılar. Saatler geçti, günler geçti ve sonunda salı günü geldi. Uçak akşam üzeri saat beşte gelecekti ancak daha fazla bekleyemeyip havaalanına öğle vakti gittiler. Bir süre havaalanında dolaştılar ve daha sonra öğle yemeği yediler (ya da yemeye çalıştılar). O uçaklardan birinin yaşamlarını değiştirecek birini getireceği düşüncesiyle, uçakların inişlerini ve kalkışlarını seyrederek bir süre daha yürüdüler.

Saat dört olduğunda, uçağın yanaşacağı kapıya doğru ilerlediler ve orada birçok genç (çocuksuz) çiftin kendileri gibi istekli, umutlu ve korku ile beklediğini gördüler. Çiftlerden biriyle konuşmaya başladılar ve çok geçmeden altı çiftten oluşan bütün grup sanki daha önce birbirlerini tanıyormuş gibi birbirleriyle konuşmaya başlamışlardı. Hepsi de aynı uçağı ve Çinli kız bebeklerini ailelerine kabul etmeyi bekliyorlardı. Becky ve Chris gruptaki tek kadın eşcinsel çiftti fakat başka türlü bütün çiftler büyük ölçüde aynı durumdaydı. Farklı meslekleri, aileleri ve yaşam biçimleri vardı fakat hepsi de ana baba olmayı çok istiyordu.

Konuşmak zamanın geçmesine yardımcı oldu ve çok geçmeden biri "İşte uçak!" diye bağırdı. Sustular ve uçağın indirme yerine yaklaşmasını seyrettiler. En sonunda, uçak kapıya geldi, geçiş yolu açıldı ve ilk yolcular çıkmaya başladı. Uçaktan ilk inenler bebekleri taşıyan toplumsal hizmet görevlileriydi. Her görevlinin gömleğinde, bebeği alacak ailenin soyadının yazılı olduğu bir etiket takılıydı. Chris ve Becky, soyadlarının yazılı olduğu etiketi taşıyan genç, siyah saçlı kadını çıkarken gördüklerinde ona doğru gittiler ve kim olduklarını söylediler. Daha sonra küçük kızlarına ilk kez baktılar. Bu, bir ilk bakışta aşktı.

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Öyküleri gelişirken Becky ve Chris'e yakınlık duydunuz mu? Hiç kısırlıkla uğraşan bir çiftle tanıştınız mı? Evlat edinen birileriyle tanıştınız mı? Eğer tanıştıysanız, bu nasıl bir deneyimdi?
- Çok ırklı evlat edinmeler ile ilgili olarak ne hissediyorsunuz? Çocukların kendi ırk ya da kültürel gruplarında yetiştirilmesi gerektiğine mi inanıyorsunuz, yoksa sizce önemli olan sevgi dolu bir ana babalık mıdır?
- Eşcinsel (kadın ya da erkek) herhangi bir arkadaşınız var mı? Bu arkadaşlıklarınız karşıtcinsel arkadaşlıklarınızdan farklı mıdır?
- Karşıtcinsel değil de kadın eşcinsel bir çift olduklarını öğrendiğinizde Becky ve Chris ile ilgili düşünceleriniz değişti mi?

Farklı İlişkilerle İlgili Ne Biliyoruz?

Bu kitabın temel önerme ya da öncüllerinden biri, aileler de içinde olmak üzere ilişkilerin değişik biçimler, ölçüler, renkler ve düzenlemelerle geldikleridir. Toplumun ve toplumsal bilimcilerin dikkatlerini büyük ölçüde evlenmiş ya da evlenmek üzere olan genç, beyaz, karşıtcinsel çiftlerin üzerinde toplamış olmalarına karşın, Batı toplumlarında ve daha genel olarak dünyadaki ilişkiler gerçeği daha geniş bir resim çizmektedir (ör., Teachman ve ark., 2000).

İlişkilerin ve aile biçimlerinin tamamı bu bölümde kapsanamayacak olmakla birlikte, burada farklı ilişkilerin dört temel alanı üzerinde durulacak ve bu kadarının buzdağının yalnızca su üzerinde kalan bölümü olduğu gerçeği saklı tutulacaktır. Bölümde, hastalık ve sakatlıkla uğraşan partnerler (ör., Lyons, Sullivan, Ritvo ve Coyne, 1995), yoksullukla başa çıkmaya çalışan aileler (ör., Seccombe, 2000) ve özel gereksinimleri olan diğer gruplar üzerinde daha fazla odaklanılacak fakat, yeniden evlenme sonucu oluşan ilişkiler, eşcinsel ilişkiler, çok kültürlü/çok ırklı ilişkiler ve birlikte yaşama ilişkileri de tartışılacaktır.

İlişkileri Kavramsallaştırma

"Ülküsel geleneksel aile biçimi; birlikte oturan, birlikte yaşayan, sürekli ve cinse olarak başkalarına kapalı, ilk evliliklerini yaşayan, yasal olarak birleşmiş, çocukları olan bir erkek ve bir kadından oluşur." (Scanzoni, Polonko, Teachman ve Thompson, 1989, s. 13). Oysa Kuzey Amerika'da bir manava ya da bir alışveriş merkezine gittiğimizde tek gördüğümüz genç, beyaz, çekici, hâli vakti yerinde çiftler değildir; gerçekte bunlar azınlıktadır. Latin Amerikalı, Afrika kökenli Amerikalı ya da Asyalı birçok çiftle karşılaşırız. Yalnızca arkadaş olan ya da eşcinsel (kadın ya da erkek) bir çift oluşturan erkek ve kadın çiftler görürüz. Çok yavaş yürüyen yaşlı çiftler ve aşırı kilolu çocuklarıyla birlikte aşırı kilolu çiftler görürüz. Üzerlerinde "Bozulmamış Aile" ya da "Yeniden Evlenmiş Aile" yazan kısa kollu gömlek giymiş aileler görmeyiz. Bir aileye bakıp, yeniden evlenmiş olduğunu ya da olmadığını söyleyemeyiz. Öyleyse eğer kalıpyargısal çift, yaygın kural ya da norm değilse ki gerçekte hiçbir zaman olmamıştır (Coontz, 1992); o zaman *romantik, partnerli bir ilişkiyi* nasıl tanımlarız?

Scanzoni ve arkadaşları (Scanzoni ve ark., 1989), bu tür bir ilişkiyi, "eğer kişiler cinsel paylaşımları ya da karşılıklı bağımlılığı, kendi ilişki türlerinin yasal bir ögesi/beklentisi olarak tanımlıyorlarsa (cinsel etkinlikleri olsun ya da olmasın)" **cinselliğe dayalı temel ilişki** olarak tanımlamışlardır (s. 47). Bu tür bir ilişki, aynı zamanda, farklı değişimler/etkileşimler, sık etkileşimler, etkileşimler için yeğinlik ve etkileşimlerin etkisi için süre gerektirir. Bu nedenle, ilişki büyük ölçüde toplumsal olarak tanımlanmış yapısından çok (ör., evli çift, flört eden çift, karşıtcinsel çift) devam eden süreçleri ile tanımlanır (ör., etkileşimin ve iletişimin özellikleri). Böyle bir bakış açısı, genel anlamda toplumdan çok, ilişkiyi yaşayan ya da gözleyenler için tanımsal bir denetim sağlar.

Bu bölüm, gerçeküstü süreçlerden çok, ilişki türlerine odaklanmış olmakla birlikte, bazen aşağılanarak (ör., eşcinsel ilişkiler, çok kültürlü/çok ırklı ilişkiler) ve bazen görmezden gelinerek (ör., yeniden evlilik ilişkileri, birlikte yaşama ilişkileri) geleneksel ilişki biçiminden ayrılan birçok ilişki türünü de tartışmaktadır. Duck ve Wood'un (1995) da belirttikleri gibi, "daha geniş bir ilişki olguları uzamına ilişkin bilgi, biçim, anlam ve özdeki değişiklikler hakkında farkındalığı artırdığından ilişki yaşamının çoğulculuk özelliğini özendirir." (s. xi).

İzleyen Ayraç Kutusu, ilişkisel kültürünüzde kendi tutum ve deneyimlerinizi keşfetmenizde size yardımcı olacaktır. Bu bölüm, önce yeniden evlenme yoluyla oluşmuş aileler üzerinde odaklanmaktadır.

Yeniden Evlilik Yoluyla Oluşan Aileler

Bugün, ABD'deki evliliklerin yaklaşık yarısı partnerlerin biri ya da her ikisi için yeniden evliliklerden oluşmaktadır (Coleman, Ganong ve Fine, 2000) ve bu yeniden evliliklerin birçoğunda çocuklar da bulunmaktadır. Gerçekte, ABD'deki çocukların yaklaşık üçte biri büyüme yıllarının bir bölümünü yeniden evlenen bir aileyle geçirecektir (Ganong ve Coleman, 2000). Son yıllarda yeniden evlenme oranları özellikle

Ayraç Kutusu

İlişkisel Kültürünüzün İncelenmesi

Bu kitapta başka bir yerde de önerildiği gibi, her yakın ilişki bir anlamda kültürler-arası bir ilişkidir. Herkes belirli bir ailede, belirli bir zamanda, belirli bir yerde, belirli bir kültürde yetişir. Bazılarınız bu bölümde tartışılan insan gruplarından biri ya da daha fazlasıyla özdeşleşeceksiniz: yeniden evlilik yoluyla oluşmuş aileler, eşcinsel çiftler, çok etnik kökenli ve çok ırklı çiftler ve birlikte yaşayan çiftler. Fakat diğerleriniz başka grup ya da gruplarla özdeşleşeceksiniz.

Arkadaş ve aile çevrenize olduğu kadar (eğer varsa) şimdiki ilişki partnerinize bir bakın ve aşağıdakileri düşünün:

- Bu ilişkilerde ne tür farklılıklar temsil edilmektedir? Farklı etnik kökenler, ırklar ve dinler temsil edilmekte midir? İlgi, kişilik ve biçem farklılıkları hakkında ne söylenebilir?
- Sizin toplumsal ağınızdaki insanlar size ve birbirlerine ne kadar benzer ya da sizden ve birbirlerinden ne kadar farklıdırlar? Bu farklılıklar nasıl ele alınmaktadır? Bu farklılıkları rahatsız edici mi, zenginleştirici mi, yoksa farklı zamanlarda hem rahatsız edici hem de zenginleştirici mi buluyorsunuz?
- Farklılığa karşı genel tutumunuz nedir?

kadınlar için genelde azıcık düşmüş olmakla birlikte, boşanmış kadınların yarısı ya da daha fazlası yeniden evlenmektedir (Teachman ve ark., 2000). Ve bu kadınların birçoğunun yeni evliliklerinden çocukları vardır (Coleman ve ark., 2000).

Eğer bu kadar insan yeniden evliliklere ya da **yeniden evlenmiş ailelere** karışıyorsa, o zaman niçin genelde ailelerle ilgili olarak o kadar çok şey yazılırken, yeniden evlilik yoluyla oluşmuş ailelerle ilgili görece çok az şey yazılmaktadır? Ganong ve Coleman'a (2000) göre, yeniden evlilik sonucu oluşan aileler, bir ailenin nasıl olması gerektiğiyle ilgili geleneksel kalıpyargıya uymamaktadır; bu nedenle onlara geleneksel sağlıklı ailelere olduğundan daha az ilgi gösterilmiştir. "Kültürel özel çekirdek aile ideali temelde, Afrikalı Amerikalı, yerli Amerikalı, Latin ya da diğer aile gruplarının kültürel/tarihsel aile örüntüsünü görmezden gelen bir Avrupa modelidir. Bu çekirdek aile modeli, bir ahlaksal doğal zorunlulukla ilişkilendirilmiş ve diğer aile biçimleri ahlak dışı ya da (en iyisi) daha az ahlaksal sayılmıştır" (s. 157). Ancak yine de ABD nüfusunun önemli bir bölümünün böyle bir aileye karışmış olduğu göz önüne alındığında, çoğu insan, büyük bir olasılıkla, yeniden evlenme sonucu oluşmuş bir aile içinde olan birini tanır.

Ganong ve Coleman'a (2000) göre yeniden evlenme sonucu oluşan aileler üç geniş çerçevede ele alınmıştır. Birincisi, yukarıdaki alıntıyla tutarlı olan *tamamlanmamış kurumsallaşma* çerçevesidir. Bu çerçeve yeniden evlenme sonucu oluşmuş aileleri, sağlam (boşanmamış) bir ailenin işlevini sürdürmesine hizmet eden normları, kuralları ve yapıları olmayan "eksik aileler" olarak görür. İkinci bir çerçeveye ya da bakış açısına göre ise, yeniden evlenme sonucu oluşan aileler olumsuz özellikleri olan *sapkın ailelerdir*. Bu bakış açılarının her ikisi de geleneksel sağlam aileyi normal

aile olarak kabul etmekte ve diğer aile düzenlemelerini farklı ve düşük düzeyli olarak görmektedir. Üçüncü çerçeve, yeniden evlenme sonucu oluşmuş aileleri *yeniden kurulmuş çekirdek aileler* ya da özgün çekirdek ailelerin yeniden yaratılması olarak görür fakat vasi olmayanların ziyaretleri, evde oturmayan ana babalar vb. olmaksızın (ör., Ganong ve Coleman, 2000). Bu bir anlamda *"yeniden evlilik"* sözündeki *"yeniden"* sözcüğünün yadsınmasıdır. Bu bakış açılarından hiçbiri yeniden evlenme sonucu kurulan ilişkiyi ve aileyi, ilişkileri ve aileleri oluşturup, yürütmede insanların değişik "yoğurt yiyiş" biçimlerinden yalnızca biri olarak görmez.

Yeniden Evlilikte Kur Yapma

Genel olarak boşanma, yeniden evlenmeden önce geliyor görünmekle birlikte, gerçekte üzerinde durulması gereken başka yollar da vardır. Bunlardan biri, yaşlılarda daha yaygın olarak görülen dul kalmadır. Üçüncü bir yol da yeni bir ilişkide ana babalarına katılacak çocukların olmasına karşın daha önce evlenmemiş olmaktır (Ganong ve Coleman, 1994). Seçilen yola bağlı olarak, karşılaşılabilecek zorlu durumlarda farklılıklar görülebilir. Ancak bu bölümde vurgu, boşanma sonrası yeniden evlilik üzerindedir.

Boşanma ile yeniden evlenme arasında geçen süre ortalama olarak dört yıldan biraz azdır fakat insanların yaklaşık üçte biri boşanmadan sonraki bir yıl içinde evlenmektedir (Coleman ve ark., 2000). Önceki bölümlerde tartışılan kur yapma dinamiklerinin birçoğu, yeniden evlilik yolunda kur yapmanın bir parçasıdır fakat birkaç büyük farkla. İlk olarak yeniden evlilikteki partnerler, genellikle bir ilk evlilik partnerlerinden ortalama on yıl daha yaşlıdır. İkinci olarak, partnerlerden biri ya da her ikisi de önceden evlenmiştir ve bu nedenle yeni ilişkiye önemli ölçüde deneyim getirilmektedir. Üçüncü olarak, eğer ortada çocuklar da varsa, yeniden evlilik bir ana baba ve çocuk/çocuklar "paket anlaşma"sıdır; böylece üzerinde durulması gereken anında bir evlilik yaratılmış olur. Diğer farklılıklar arasında, yeniden evlilik öncesi birlikte yaşayan insanların yüksek oranı, ilk evlilikle karşılaştırıldığında, daha büyük bir yararcılık ve partnerler arasında azalan artalan benzerlikleri sayılabilir (Ganong ve Coleman, 1994).

Yeniden Evlilikte İlişki Niteliği

Coleman ve arkadaşlarına (2000) göre, "İlk evliliklerle yeniden evliliklerdeki bireyler arasındaki evlilik niteliği farklılıklarına ilişkin bulgular karışıktır." (s. 1291). Bazı araştırmalar, yeniden evlenen çiftlerde ilişki niteliğinin daha düşük olduğunu gösterirken, diğer araştırmalar ilk kez evlenenlerle yeniden evlenenler arasında herhangi bir fark bulamamıştır. Tıpkı ilk kez evlenen ve evlenmemiş çiftlerde olduğu gibi, yeniden evlenen çiftlerde de ilişki sorunları bireysel, ilişkisel ve toplumsal düzeylerde görülür (Ganong ve Coleman, 1994).

Fakat yeniden evlenen çocuklu çiftler, yalnızca yönetilmesi gereken ilişkilerin sayısı açısından bile, daha büyük sorunlarla karşılaşırlar. Çocuklar yeniden evlilik nedeniyle mutsuz olabilir ve ilişkiyi baltalamaya çalışabilirler ve partnerlerin çocuk yetiştirme yaklaşımlarında farklılıklar olabilir. Önceki ilişki deneyimleri ve daha olgunlaşmış olmaları nedeniyle, yeniden evliliklerde partnerlerin kararlara eşit olarak katılmaları olasılığı daha yüksektir (Ganong ve Coleman, 2000).

Yeniden evliliklerde kadınlar, önceki evliliklerinde olduğundan daha fazla güce sahiptirler ve bu yüzden yeni evlilik genellikle daha eşitlikçi ve dengelidir. Allen ve arkadaşları (Allen, Baucom, Burnett, Epstein ve Rankin-Esquer, 2001), yeniden evlenen kadınların, birçok alanda, ilk kez evlenenlerden daha fazla özerklik belirttiklerini görmüşlerdir. Buunk ve Mutsaers (1999), yeniden evlenen kadın ve erkeklerden şimdiki evlilikleri konusunda ne hissettiklerine ilişkin bir dizi soruyu yanıtlamalarını istediler, sonra aynı soruları önceki evliliklerinin "henüz boşanmayla sonuçlanmasını beklemedikleri dönemi için" de yanıtlamalarını istediler (s. 126). Yanıtlayıcılar, genellikle şimdiki evliliklerinin önceki evliliklerinden daha eşitlikçi olduğunu düşünüyorlardı ve bu bulgu özellikle kadınlarda daha belirgindi.

Yeniden evliliğin olumlu yönleri bulunmakla birlikte, özellikle üvey çocukları da içeren yeniden evliliklerde ayrılmayla sonuçlanma oranı, ilk evliliklerde olduğundan daha yüksektir. Booth ve Edwards'a (1992) göre, bu daha yüksek ayrılma oranının nedenleri arasında yeniden evlilik için destek ve yapı eksikliği, bir kez boşanmış insanlarda yeniden boşanma istekliliği ve yeniden evlilik için olası partner havuzunun ilk evlilik için olandan daha küçük olması sayılabilir. Bu nedenle, olası partner havuzunun küçüklüğü yanlış eşleşme ve "önceden çizilmiş kötü kader" için daha fazla olasılık yaratır (Duck, 1982).

Çatışmalar ve özellikle de çatışmalarla başa çıkma, yeniden evliliklerde merkezî öneme sahiptir. Coleman, Fine, Ganong, Downs ve Pauk (2001), yeniden evlenme sonucu oluşmuş ailelerdeki temel çatışma alanlarını belirlemek ve çatışma çözüm yaklaşımlarını ortaya çıkarmak amacıyla, yeniden evlenme sonucu oluşmuş aile üyeleriyle yapılan niteliksel görüşmeleri çözümlemişlerdir. Sonuçlar üvey aile çatışmalarının oldukça kestirilebilir olduğunu ve belirli konular üzerinde yoğunlaştığını göstermiştir. Katılımcı aileler, "kaynaklar için çekişme, bağlılık çatışmaları, çocuklar üzerinde denetim ve onlar için sorumluluk ya da genişlemiş aile bireyleri ve ayrı kalan ana babalarla tartışmalar gibi nedenlerle gerginlikler yaşıyorlardı. Bu anlaşmazlıklar, temelde yatan üvey aile içinde ve çevresinde sınırların kararlaştırılması konusunun bir göstergesi gibi görünmektedir." (Coleman ve ark., s. 71). Aile bireyleri, bazıları başarılı bazıları başarısız, çok değişik çatışma çözüm stratejileri kullanıyorlardı. Çatışmalar bazen üzerinde durulmadan geçiştiriliyor fakat bazen de aile içinde olumlu değişim için bir temel oluşturuyordu. Bray (1999), çatışmanın yeniden evlilik ailelerinde çocukların uyumunun, ilk evlilik ailelerinde olduğundan, daha iyi bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Çatışma ilişkilerin normal bir parçasıdır ve yeniden evlilikler bunun dışında değildir.

Baxter, Braithwaite ve Nicholson (1999), çatışmalar yanında yeniden evlilik sonucu oluşan aileler geliştikçe ortaya çıkan diğer birçok süreçle de ilgilenmişlerdir. Bu yazarlar, farklı yeniden evlilik ailelerinden hem ana baba hem de çocuklarla görüşmüşlerdir. Görüşmelerde ana baba ve çocuklardan, karışık ailelerine geriye dönüp bir bakmalarını ve yeniden evlilik ailesi bir aile havasına girerken yaşanan önemli olay ve dönüm noktalarını belirtmeleri istenmiştir. Araştırmacılar, beşi en başta olmak üzere 15 tür dönüm noktası belirlemişlerdir: (1) özel olay ve bayramların kutlanması, (2) çatışma, (3) evin düzeninde değişiklikler, (4) aile bunalımları ve (5) aile bireylerinin geçirdiği nitelikli zaman. Ailelerin gelişimlerinde, duygusal kargaşalar, çatışmalar, bir aile olarak gelişebilmek için gerekli zaman vb. açısından farklılıklar gösteren, değişik yollar izlediklerini ortaya koymuşlardır. Ana baba ve çocukların aile ile ilgili görüşlerinde genellikle anlaştıklarını da göstermişlerdir. Aile

üyelerinin, özellikle de üvey ana babalarının, rollerine ilişkin tutarlı ve net görüşler kadar üvey ana babaların üvey çocuklarla sevecen ilişkiler geliştirme ve sürdürme çabaları da, aile direncine katkıda bulunuyor ve aile gerginliğini azaltıyordu (Fine, Coleman ve Ganong, 1999). Üvey ana babaların üvey çocukları etkiledikleri gibi, ergenler başta olmak üzere üvey çocukların da üvey ana babaları etkiledikleri unutulmamalıdır (Anderson, Grene, Hetherington ve Clingempeel, 1999).

Yeniden Evlenen Ailelerde Çocuklar

Yeniden evlenme sonucu oluşan aileler üzerine yayımlanan araştırmaların çoğu, bu durumlarda çocuklara ne olduğu ile ilgilenmektedir. Bulgular, boşanmış ailelerin çocukları üzerine yapılan araştırmaların bulgularına benzerdir, çünkü birçok durumda bunlar aynı çocuklardır.

Araştırmalar, akademik başarı ve akademik tamamlama, psikolojik uyum ve davranış sorunları gibi konulara odaklanmakta ve sonuçlar genellikle düşük başarıya ve daha yüksek güçlük oranlarına işaret etmektedir (ör., Bray, 1999). Coleman ve arkadaşlarının (2000), 1990'lı yıllarda yayımlanan ilgili araştırmalar üzerindeki bir incelemelerinde belirttikleri gibi, "Bulgular çok değişik olmakla birlikte, araştırmacıların büyük çoğunluğu, üvey çocukların çıktı ölçülerinin çoğunluğu açısından evli olmayan, tek anneyle yaşayan çocuklara benzediklerine ve üvey çocukların genellikle sorunlar açısından her iki ana babasıyla birlikte yaşayan çocuklardan daha büyük risk altında olduklarına işaret etmektedirler. Ancak, araştırmacıların büyük çoğunluğu, aynı zamanda, üvey çocuklarla ilk evlilik ailelerinden çocuklar arasındaki farkın çok az olduğunu da ortaya koymuştur." (s. 1292). Yeniden evlilik sonucu oluşmuş ailelerde çocukların neden daha sorunlu olduklarını açıklamak için, özgün ailenin parçalanmasından kaynaklanan birikmiş gerginlik, ana baba ve üvey ana babalar arasındaki sorunlar ve çocuklarla etkileşim ve daha önce tartışılan seçim yaklaşımı gibi etmenleri araştıran bazı modeller öne sürülmüştür (Coleman ve ark., 2000). Ayrıca yeniden evlilikle oluşmuş ailelerdeki çocuklar tarafından sergilenen sorunların, yeniden evlilikten değil, ondan önceki boşanmadan kaynaklandığına da işaret edilmiştir (Anderson ve ark., 1999).

Üvey ailelerdeki çocukların büyük çoğunluğu, ilk evlilik ailelerindeki çocuklar kadar sağlıklıdır; eğer böyle olmasaydı, araştırmaların iki grup çocuk arasında daha büyük farklılıklar ortaya koyması gerekirdi. Ancak yine de yeniden evlilik yoluyla oluşmuş ailelerin başarmaları gereken karmaşık birçok görevi bulunmaktadır ve toplumun bu aileler için daha fazla destekleyici olması gerekmektedir. "Kötü üvey anne" ve "anlık aile" gibi temelsiz yaygın inançlardan vazgeçmek ve bu aile biçiminin hem kendine özgü sıkıntılarının (çocuklar, ana babalar ve üvey ana babalar arasındaki ilişkilerin yönetilmesi gibi) hem de kendine özgü olanaklarının (geniş aile ve üvey aileye zengin ve çeşitlendirilmiş bir aile yaşamının sağlanması gibi) olduğunu kabul etmek, yeniden evlilik aileleri için daha iyi bir toplumsal bağlamla sonuçlanacaktır.

Eşcinsel Kadın ve Eşcinsel Erkek İlişkileri

Oldukça çok sayıda insan aynı cinsiyetten romantik partner aramaktadır. Cinsel yönelimlerini **eşcinsel erkek** ya da **eşcinsel kadın** olarak tanımlayan ABD nüfusu yüzdesine ilişkin tahminler Kinsey'in (Kinsey, Pomeroy ve Martin, 1948; Kinsey,

Pomeroy, Martin ve Gebhard, 1953) araştırmasında belirtildiği gibi, %10'lardan, kadın eşcinseller için yaklaşık %1,5, erkek eşcinseller için ise yaklaşık %3'e kadar (Laumann ve ark., 1994) değişmektedir.

Kendilerini eşcinsel kadın ya da eşcinsel erkek olarak kimlikleyen insanların sayısının gerçekte olduğundan daha düşük olabileceğini bilmek önemlidir, çünkü aynı cinsiyet ilişkilerine verilen toplumsal desteğin yetersiz olması, birçok eşcinsel kadın ve erkeği, ortaya çıkarak kendilerini eşcinsel olarak kimliklemekten alıkoyar (Huston ve Schwartz, 1995). Gerçekte, Elridge ve Gilbert (1990), araştırmalarına katılan çalışan eşcinsel kadınların üçte birinden fazlasının işyerlerinde tamamen "kendilerini kapattıklarını" ortaya koymuşlardır. Böylesi açılma yoksunluğu, eşcinsel erkek ve kadınlar için gerginliği artırmaktadır (Huston ve Schwartz, 1995) ve gerçekte, eşcinsel kadın ve erkek çiftler için ana baba ve aile desteği son derece önemlidir (Demo ve Allen, 1996).

Kur Yapma ve İlişkiyi Sürdürme

Toplum ve bazen de kendi aileleri tarafından damgalanmış olmalarına karşın, eşcinsel kadın ve erkekler, Becky ve Chris öyküsünde olduğu gibi, doyumlu yakın ilişkiler kurabilmektedir. Eşcinsel erkek ve kadınların çoğunluğunun, birçoğu uzun dönemli olmak üzere romantik ilişkiler içinde oldukları kestirilmektedir (Peplau ve Spalding, 2000). Tarihsel olarak, eşcinsel erkekler genellikle rastgele ve kişisel olmayan cinsel ilişki aramışlardır. Fakat 1980'lerin ortalarından başlayarak HIV'in artması ve sonuç olarak AIDS'in yayılması, daha dikkatli partner seçimine ve eşcinsel erkekler arasında bağlılığa daha fazla önem verilmesine neden olmuştur (Huston ve Schwartz, 1995). Ancak bu eğilim, özellikle genç Afrikalı Amerikalı eşcinsel erkekler için tersi yönde olabilir (Levine, 2001).

Eşcinsel çiftlerdeki romantik partnerler, toplumsal ağlarındaki insanlar tarafından tanıştırılma gibi, karşıtcinsel partnerler nasıl karşılaşıp tanışıyorlarsa öyle karşılaşır ve tanışırlar. Eşcinsel kadınlar arkadaşlığı, eşcinsel erkekler ise cinsel teması, yeni başlayan romantik ilişkilerine daha sık kaynaştırmalarına karşın, çıkma "senaryoları" açısından kur yapma örüntüleri de karşıtcinsel çiftlerinkine benzer (Peplau ve Spalding, 2000). Dahası, karşıtcinsel çiftlerdeki cinsiyet damgalı örüntülere benzer bir biçimde, fiziksel çekicilik, eşcinsel kadınlarla karşılaştırıldığında, eşcinsel erkekler tarafından daha fazla aranır (Peplau ve Spalding, 2000).

Güçle ilgili konular, eşcinsel kadın ve erkek çiftlerde, karşıtcinsel çiftlerde olduğundan daha eşitlikçi bir biçimde çözümlenir. Ancak, para kazanma kapasitesi karşıtcinsel erkek partnerlerde olduğu gibi, eşcinsel erkek partnerlere de güç verirken, daha önceki bir ilişkiden bir çocuğa sahip olma gibi, diğer konular da eşcinsel kadın partnerin gücünü artırabilir (Huston ve Schwartz, 1995). Aynı cinsiyetten partnerler birlikte yaşadıklarında, ev işleriyle ilgili sorumluluklar, geleneksel ve toplumsal cinsiyet temelli iş bölümüne göre dağıtılmaz, fakat hâlâ üzerinde uzlaşılması gereken konular vardır (Berzon, 1988; Huston ve Schwartz, 1995).

Aynı cinsiyetten çiftlerle karşıtcinsel çiftler arasında birçok benzerlik bulunmaktadır. Örneğin Kurdek ve Schmitt (1986), karşıtcinsel, eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın çiftlerin bir partneri sevme, ona aşık olma ve ilişkiden alınan doyum açısından birbirlerine benzer olduklarını ortaya koymuşlardır. Adler, Hendrick ve Hend-

rick (1987) ise, karşıtcinsel ve eşcinsel erkeklerin benzer aşk ve cinsellik tutumlarını desteklediklerini göstermişlerdir. Haas ve Stafford (1998), eşcinsel kadın ve erkek çiftlerin, görevlerin paylaşımı, iletişim ve birlikte zaman geçirme gibi, karşıtcinsel çiftler için öngörülen ilişki sürdürme stratejilerinden birçoğunu kullandıklarını belirlemişlerdir. Ayrıca aynı-cinsten çiftler destek ağlarına karşıtcinsel çiftlerden daha güçlü bir biçimde güveniyorlardı. Ek olarak, eşcinsel kadın ve erkek çiftler, ilişkileri için eşcinselleri destekleyen bir çevrenin önemini belirtmişler ve geleneksel toplumsal cinsiyet kalıpyargılı davranışlar dışında, karşıtcinsel çiftlere benzer olma duygularını vurgulamışlardır (Haas ve Stafford, 1998). Gerçekte, Kurdek (1998) boylamsal bir çalışmasında, eşcinsel erkek, eşcinsel kadın ve karşıtcinsel çiftlerin, zaman içinde ilişki doyumu açısından bir farklılık göstermediklerini ortaya koymuştur.

Eşcinsel kadın ve erkek çiftler, ayrıca çatışma, kıskançlık, şiddet ve benzeri sorunlar yaşama yönünden de karşıtcinsel çiftlere benzemektedirler. Birlikte yaşayan ve çocuksuz eşcinsel kadın, eşcinsel erkek ve karşıtcinsel çiftlerin çatışma alanlarını araştıran Kurdek (1994) bir taramada, üç grubun birbirlerine çok benzediklerini ortaya koymuştur. Bu gruplar, dört ana alanda eşit sıklıkta çatışma yaşadıklarını belirtmişlerdir: yakınlık, kişisel uzaklık, kişisel kusurlar ve güç. Ayrıca, üç çift grubu içinde en önde gelen iki çatışma alanı güç ve yakınlıktı ve bu iki çatışma alanıyla ilişki doyumu arasında olumsuz ilişkiler vardı.

Karşıtcinsel çiftler için bir sorun kaynağı olan kıskançlık, eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın çiftler için de bir sorundur, çünkü özellikle eşcinsel erkekler arasında çok eşlilik daha yaygındır (Blumstein ve Schwartz, 1983). Karşıtcinsel çiftlerde, kadınların erkek partnerin başka birine duygusal ilgisini, erkeklerinse kadın partnerin başka birine cinsel ilgisini daha çok kıskandıkları gösterilmiştir, fakat bir tek çalışmada, eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın çiftler için bunun tersinin doğru olduğu ortaya çıkmıştır (Dijkstra, Groothof, Poel, Laverman, Schrier ve Buunk, 2001). "Eşcinsel erkekler en altüst edici olay olarak bir partnerin duygusal sadakatsizliğini, en üzücü olay olarak kadın eşcinsellerden daha sık olarak seçerken, eşcinsel kadınlar bir eşin cinsel sadakatsizliğini erkek eşcinsellerden daha sık seçiyorlardı." (s. 41).

Çatışma ve kıskançlıkta olduğu gibi, ilişkide şiddet de eşcinsel çiftler için önemli bir sorun alanıdır. Giderek daha fazla eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın ilişkisel şiddet kurbanı olduklarını kabul ederken, bu tür kötüye kullanma oranları eşcinseller ve karşıtcinseller arasında benzer görünmektedir (Huston ve Schwartz, 1995).

İlişkinin Sona Ermesi

Eşcinsel kadın ve eşcinsel erkek çiftlerde ayrılma oranları, karşıtcinsel çiftlerde olduğundan biraz daha yüksektir (Peplau ve Spalding, 2000) ve ayrılma nedenleri karşıtcinsel çiftler için olanlara hem benzer hem de onlardan farklıdır. Kurdek (1998), evli, birlikte yaşayan eşcinsel kadın ve birlikte yaşayan eşcinsel erkek çiftler üzerinde yaptığı boylamsal bir çalışmada; özerklik, ayrılmaya engeller, yapıcı sorun çözme, eşitlik ve yakınlığı içeren beş ilişki niteliği boyutu arasındaki bağlantılar açısından bu çift türlerinin tümünün benzer olduğunu gösretmiştir. Çiftler ayrıca, ilişki çıktısı boyutunda da benzerlik gösteriyorlardı: ilişki doyumunun seyri ve ilişki çıktısının kendisi. Bu nedenle, üç çift türü için ilişki işleyişinin birçok yönü birbirine benziyordu. Ancak, çiftler diğer yönlerden farklılıklar gösteriyordu. Eşcinsel kadın partner-

ler, evli partnerlerle karşılaştırıldığında, daha fazla özerklik, daha fazla eşitlik, daha fazla yakınlık, ayrılma önünde daha az engel ve daha sık ilişki çözülmesi belirtiyorlardı. Eşcinsel erkek partnerler de evli partnerlerden daha fazla özerklik, ayrılma önünde daha az engel ve daha sık ilişki çözülmesi belirtiyorlardı.

Kurdek (2001) oldukça çok araştırmanın ilişkilerinin nasıl işlev gördüğüyle ilgili olarak, eşcinsel ve karşıtcinsel çiftler arasındaki benzerlikleri ortaya koyduğuna işaret etmiş ve eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın çiftlerin, karşıtcinsel çiftlerden çok birbirleriyle karşılaştırılmaları gerektiği sonucuna varmıştır. Kurdek, boylamsal araştırma sonuçlarına dayanarak, kalıcı özellikler, değerlendirme, inançlar ve çatışma çözümü gibi nitelikler açısından eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın çiftler arasında çok az farklılık bulmuştur. Eşcinsel kadın çiftler, eşcinsel erkek çiftlerden daha fazla partnerler arası eşitlik ve daha fazla arkadaş kaynaklı toplumsal destek belirtiyorlardı (Chris ve Becky'nin etkin bir destek ağlarının olduğunu anımsayın). İlişki çözülmesinin yordayıcıları her iki çift türü için de benzerdir: Düşük yakınlık ve düşük eşitlik ilişkinin daha ileri aşamalarında, yüksek çatışma sıklığı ve düşük ilişki niteliği ise başlangıç aşamalarında ilişki çözülmesini kestiriyordu.

Gottman ve arkadaşları (Smith [2001]'de tartışılmıştır), eşcinsel çiftlerin, çatışmalarla karşıtcinsel çiftlerden daha olumlu ve daha eşitlikçi bir biçimde başa çıkabildiklerini, fakat çatışma bittikten sonra ilişkilerini onarmada daha çok güçlük yaşayabileceklerini göstermiştir. Bu nedenle Gottman ve arkadaşları, eşcinsel erkek ve eşcinsel kadın çiftlere, daha etkili çatışma yönetimi ve çatışmadan sonra düzelme stratejilerini öğretme amaçlı çalışmalar önermektedirler (Smith, 2001).

Son olarak, eşcinsel ve karşıtcinsel çiftlerin birbirlerinden çok farklı olduğu bir alan vardır: bir romantik partnerin, ayrılma ya da ölüm sonucu kaybı sonrasında yaşanan acının farkında olma. Toplum, eşcinsel ilişkinin yasallığını yadsıdığı için, ister boşanma kâğıtları imzalanarak, ister bir cenaze töreni planlanarak olsun, genellikle geride kalan partner için ilişkinin bitmesiyle başa çıkma mekanizmaları yoktur (Huston ve Schwartz, 1995; Peplau ve Spalding, 2000). Ek olarak, partnerlerin ilişkilerinde ne kadar açık olduklarına bağlı olarak, eşcinsel bir erkek ya da kadın, partnerinin kaybı sonrasında açıkça yas tutamayabilir ve başkalarından destek bile alamayabilir.

Eşcinsel Ailelerde Çocuklar

Eşcinsel (ve daha az da olsa çift cinsiyetli) ilişkilerin kabul edilme düzeyi arttıkça, eşcinsel ilişkilerin olduğu kadar, eşcinsel ailelerin de ele alınması gereği ortaya çıkmaktadır. Romantik partnerler de bir aile olarak kabul edilebilmekle birlikte, bu tartışma kendileriyle birlikte ya da ayrı kalan çocukları olan eşcinsel ana babalarla ilgilidir. Bu çocuklar, "partnerlerden birinin ya da her ikisinin eşcinselliğe geçişi sonrasında dağılan karşıtcinsel evliliklerinde doğan ya da evlat edinilen" ya da "ana babalar eşcinsel kimliği aldıktan sonra doğan ya da evlat edinilen" çocuklardır (Patterson, 2000, s. 1055).

"Farklı türden aileler" içindeki çeşitliliğin farkında olma önemlidir çünkü hiçbir iki aile birbirinin tam olarak aynısı değildir. Bazı araştırmalar (Patterson, 2000), boşanmış eşcinsel annelerle boşanmış karşıtcinsel anneleri karşılaştırmış ve bireysel psikolojik sağlık ve ana babalık uygulamaları açısından aralarında çok az fark bulmuştur. Bu farklardan biri, eşcinsel annelerin çocuklarının velayetini kaybetme ko-

nusunda daha büyük korku yaşamalarıydı. Aynı araştırmada, boşanmış eşcinsel babalarla boşanmış karşıtcinsel babaların karşılaştırması da bunlar arasında oldukça büyük bir benzerliğin olduğunu göstermiştir. Giderek daha fazla eşcinsel çiftin biyolojik olarak ya da evlat edinme yoluyla ana baba olmayı seçiyor olmasına karşın, bu çiftler ve sonuçta oluşan aileleriyle ilgili çok az araştırma bulunmaktadır. Ana babalık yolunda aşmaları gereken engeller göz önüne alındığında, öyle görülüyor ki, böyle çiftlerde ana babalık dürtüsü aşırı derecede yüksektir. Becky ve Chris'in yeğin ana baba olma arzuları birçok eşcinsel çiftte de vardır.

Eşcinsel ilişkilere yönelik toplumsal yadsımacılığın yaygınlığı nedeniyle, çocukların cinsel kimlikleri, bireysel gelişimleri ve diğerleriyle ilişki kurma yetenekleri gibi alanlarda eşcinsel ve karşıtcinsel ana babaların çocuklarının karşılaştırılması konusuna küçümsenmeyecek bir ilgi vardır. Daha önceleri, eşcinsel ana babaların çocuklarının, karşıtcinsel ana babaların çocuklarına görece biraz daha dezavantajlı oldukları varsayılıyordu. Ancak, araştırmalar iki grup arasında çok az fark bulmuştur (Patterson, 2000). Şöyle ki her iki gruptaki çocuklar, zekâ ve benlik kavramı da içinde olmak üzere, kişisel gelişim ve akranlarla ilişkiler gibi, toplumsal ilişkiler açısından, birbirlerine benziyorlardı. Ayrıca cinsel kimlik açısından, ana babaların cinsel kimliği ile çocukların cinsel kimliği arasında bir ilişki görünmüyordu.

Özet olarak, "eşcinsel ana babaların çocuklarıyla ilgili olarak var olan kanıtlar, bu çocukların çeşitliliği hoş görmeyi ve değerli bulmayı, başkalarına küçümsenmeyecek derecede empati geliştirmeyi, cinsellik ve yakınlık konusunda kendi duygularını izlemeyi ve ailelerin üzerine kurulduğu temelleri (ör., bir kişinin sadece bir annesinin ve bir babasının olabileceğini) yeniden tanımlamayı öğrendiklerine işaret etmektedir " (Demo ve Allen, 1996, s. 432).

Çok Kültürlü/Çok Irklı İlişkiler

İlişkiler üzerine bundan 50 yıl sonra yazılmış bir kitabı okuyor olsaydık, büyük bir olasılıkla, onu içerik açısından bu kitaptan çok farklı bulurduk. ABD'de ilişkiler ve aileler üzerine yapılan araştırmalar ve böyle araştırmaları özetleyen kitapların İspanyol kökenli olmayan beyazlarla, renkli derili insanlar (İspanyol kökenli Amerikalı %25, Afrikalı Amerikalı %14 ve Asyalı Amerikalı %8) arasında neredeyse eşit olarak dengelenmiş bir nüfusu yansıtmaları olasılığı yüksektir (McLoyd, Cauce, Takeuchi ve Wilson, 2000). Renkli derili insanlar arasındaki nüfus artışı hem değişik gruplararasında artan doğurganlık hem de artan göçlerden kaynaklanacaktır.

Renkli Aileler

Bu bölümün en son odak noktası çok **kültürlü ilişkiler** ve çok ırklı **ilişkiler** olmasına karşın, değişik ırktan/etnik kökenden gruplarda partnerli ilişkiler ve aile ilişkileriyle ilgili bazı temel bulguları ve iki ya da daha fazla grubu karşılaştıran araştırmaları anlamak önemlidir. Örneğin, Afrikalı Amerikalılar, İspanyol Amerikalılar ve Asyalı Amerikalılar, evlenme ve boşanma oranları açısından farklılık göstermektedirler. Afrikalı Amerikalı kadınların evlilik oranlarındaki düşme eğilimi (Crowder ve Tolnay, 2000), evli Afrikalı Amerikalı çiftlerdeki yüksek boşanma oranlarıyla birlikte,

daha fazla Afrikalı Amerikalı ailenin, genellikle kadınlar tarafından olmak üzere, tek kişi tarafından yönetilmesi anlamına gelmektedir (McLoyd ve ark., 2000) Ek olarak, Michael ve arkadaşları (2001), Afrikalı Amerikalı kadınların ve erkeklerin cinsel tutumlarında farklılık gösterebileceklerine işaret etmişlerdir. Bu yazarlara göre, erkeklerle karşılaştırıldığında, kadınların cinselliğe yönelik olarak eğlence ilişkili bir tutuma sahip olmaları olasılığı daha düşüktür.

Durum, İspanyol kökenli aileler (genellikle Kübalı Amerikalılar, Meksikalı Amerikalılar ve Portorikolu gruplara ayrılır) biraz farklıdır. Bu grup ailelerde, kadınlar tarafından yönetilen aileler, Portorikolu aileler arasında öteki iki gruptaki aileler arasında olduğundan iki kat daha fazla yaygındır. Tersine, Asyalı Amerikalı aileler genellikle daha sonra ve daha az çocuk sahibi olmaktadırlar. Bu grup arasında anneler daha eğitimlidir, ABD dışında doğmuş olmaları olasılığı daha yüksektir ve daha az evlilik dışı doğum yapmaktadırlar (McLoyd ve ark., 2000).

İspanyol kökenli Amerikalı aileler üzerinde yapılan araştırmalar, kadın boyun eğiciliği ve özverisi kadar erkek maçoluğu ya da ev halkı üzerinde erkek egemenliği fikrini vurgulamak eğilimindedir, fakat McLoyd ve arkadaşları (2000), bunun dar ve çarpıtılmış bir resim olduğuna işaret etmişlerdir. Bu yazarlar, İspanyol Amerikalı ve Afrikalı Amerikalıların geleneksel erkek toplumsal cinsiyet rollerini desteklemeye, Avrupalı Amerikalılardan daha eğilimli olduklarını, fakat ayrıca çalışan kadın eşlere karşı daha olumlu bir tutuma sahip olduklarını ortaya koymuşlardır. Afrikalı Amerikalı kocalar da ayrıca, ev işlerini eşleriyle paylaşmada diğer kocalardan daha etkindiler. Bazı araştırmaların, Meksikalı Amerikalı ve Avrupalı Amerikalı evli çiftler arasında aşk tutumları, cinsel tutumlar ve ilişkiden alınan doyumda benzerlikler göstermiş olmasına karşın (Contreras ve ark., 1996), diğer araştırmalar Afrikalı Amerikalı çiftlerde daha düşük doyuma işaret etmektedir (McLoyd ve ark., 2000). Ekonomik kaynaklardaki farklılıklar kadar, toplum tarafından farklılaşan kabul de, renkli ailelerdeki gerginliği açıklamaktadır. Ancak yine de böyle değişkenler kendi başlarına her zaman bütün grup farklılıklarını açıklayamaz.

Gaines'e (1995) göre, İspanyol ailelerde *ailecilik* ve Afrikalı Amerikalı ailelerde *toplulukçuluk* gibi yaygın kültürel değerler, ilişkilerin ve ailelerin incelenmesinde yararlı bir bakış açısı sağlamaktadır. *Ailecilik*, "bir kişinin biyolojik olarak ve evlilik yoluyla olan birinci dereceden ve geniş ailesinin refahını öne alan bir değerler dizisi" (s. 64), *toplulukçuluk* ise "etnik grubun bütününün refahı doğrultusunda bir yönelim" (s. 69) olarak tanımlanabilir. Bu değerler, sık sık kültürel azınlık araştırmacılarını etkileyen *eksiklik bakış açısının* ötesine geçer; öyle ki eğer bir kişi ya da grup beyaz ve karşıtcinsel değilse, o kişi ya da grup eksiktir.

Kültürel ve Irksal Karşılaştırmalar

Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar büyük ölçüde, Afrikalı Amerikalılarla Avrupalı Amerikalılarda çıkan ve evli çiftlerin karşılaştırılması üzerine odaklanmış ve ilginç bazı sonuçlar vermiştir. Sanderson ve Kurdek (1993), çoğu çıkan üniversiteli çiftler olmak üzere, Afrikalı Amerikalı ve beyazları bir dizi ilişki niteliği göstergesi açısından karşılaştırmışlardır. Yazarlar daha çok, ilişkide bağlanma ve doyumu kestirmede üç farklı modelin yararlılığıyla ilgilenmişlerdir: (1) mutlu partnerlerin

ilişkilerinde daha fazla ödül aldıkları ve daha az bedel ödedikleri *karşılıklı bağımlılı modeli*; (2) dışavurumculuk (expressiveness) gibi olumlu kişilik özelliklerine sahip olanların mutlu partnerler olduğu *bireysel farklılıklar modeli* ve (3) mutlu partnerlerin sorunları daha iyi çözdüğü *sorun çözme modeli*. Sanderson ve Kurdek, özellikle karşılıklı bağımlılık modeli olmak üzere üç modelin de Afrikalı Amerikalı ve beyaz çiftler için hem bağlanmayı hem de doyumu benzer bir biçimde yordadığını ortaya koymuştur.

Afrikalı Amerikalı ve Avrupalı Amerikalı evli çiftleri karşılaştıran birçok araştırma, *Evliliğin İlk Yılları* ya da *Evliliğin Erken Yılları* çalışması olarak anılan ve evli oldukları dönemde Detroit bölgesinde yaşayan boylamsal bir çiftler örneklemi üzerine temellenmiştir. Örneğin, Ruvolo ve Veroff (1997), katılımcıların (153 Afrikalı Amerikalı çift, 160 beyaz çift) hem gerçekteki hem de ülkülerindeki partnerlerinin 12 kişisel özelliğine ilişkin değerlendirmelerine bakmışlardır. Özellikler, incelikle sabırsızlık arasında değişiyordu. Hem kadınlar hem de erkekler için daha büyük gerçek/ülküsel farklılıklarının (gerçek partnerle ülküsel partner arasındaki farklılığın en fazla olduğu durum) hem kocalar hem de eşler için daha düşük evlilik refahıyla ilişkili olmasına karşın, bu ilişkilerde ırksal hiçbir farklılık bulunamamıştır. Bu aynı örneklemin diğer özelliklerine farklı zamanlarda bakan bir çalışmada Ruvolo (1998), hem bireyler hem de partnerleri için genel mutlulukla evlilikte refah arasında olumlu bir ilişki bulmuştur. Örneğin, zaman içinde bir noktadaki iyilik bildirimleri, zaman içinde başka bir noktada partnerlerin iyilik hâli bildirimlerini yorduyordu.

Acitelli, Douvan ve Veroff (1997), aynı örneklemde (yaklaşık 115 Afrikalı Amerikalı ve 120 beyaz çift) değişik çatışma süreçlerini araştırmış ve ırk temelinde bazı farklılıklar bulmuşlardır. Örneğin, kadınların kocalarının yapıcı davranışlarına ilişkin anlayışlarıyla, Afrikalı Amerikalı çiftlerde kadınların ve kocalarının evlilik refahı arasında *olumlu*, fakat beyaz çiftlerde *olumsuz* bir ilişki vardı. Acitelli ve diğerleri, sonraki bulgular için olası birçok açıklama önermişlerdir. Böyle bile olsa, Afrikalı Amerikalı çiftlerle ilgili bulguların daha önce kestirilen ve mantıklı görünenle doğrudan uyumlu olması, yani anlayış arttıkça refahın da artması ilginçtir.

Bu örnekleme dayalı diğer bir çalışmada Timmer, Veroff ve Hatchett (1996), 115 Afrikalı Amerikalı ve 136 beyaz çiftin, evlilik mutlulukları ve aile üyeleriyle bağları arasındaki ilişkiye baktılar. Büyük çoğunluğu, ırksal farklılıklardan çok, benzerlikler gösteren bir dizi karşılaştırma yapmışlardır. Örneğin, "ortalama olarak, zenci kocalar, ailelerine beyaz kocalardan daha yakın olduklarını ileri sürmelerine karşın, zenciler ve beyazlar kendilerini ana babalarına ve üveylere benzer bir biçimde yakın hissetmişlerdir" (s. 345). Yazarlar tarafından işaret edilen farklardan biri, beyaz çiftler geniş aileyle ilgili konular üzerinde daha fazla tartışırken, zenci çiftlerin ailelerini daha sık ziyaret etmeleri fakat ihtiyaç duyulduğunda yardım edebilecek daha az sayıda aile üyesi algılamalarıydı. Yazarlar, Afrikalı Amerikalıların maddi durum gibi değişik yapısal etmenlerin ötesinde, aile bağlarına özellikle yüksek bir değer verdikleri sonucuna varmışlardır.

Geniş aileye verilen bu değer, Gaines'in (1995) Afrikalı Amerikalı ailelerde gördüğü toplulukçuluğa daha az, İspanyol Amerikalı ailelerde gördüğü aileciliğe daha çok benzemektedir. Ancak yine de bu, diğer renklerden olan çiftler kadar, Afrikalı Amerikalı çiftlerin de, dar anlarda çekirdek ailenin destekleyici bir aile-

ilişkilerinde daha fazla ödül aldıkları ve daha az bedel ödedikleri *karşılıklı bağımlılık modeli*; (2) dışavurumculuk (expressiveness) gibi olumlu kişilik özelliklerine sahip olanların mutlu partnerler olduğu *bireysel farklılıklar modeli* ve (3) mutlu partnerlerin sorunları daha iyi çözdüğü *sorun çözme modeli*. Sanderson ve Kurdek, özellikle karşılıklı bağımlılık modeli olmak üzere üç modelin de Afrikalı Amerikalı ve beyaz çiftler için hem bağlanmayı hem de doyumu benzer bir biçimde yordadığını ortaya koymuştur.

Afrikalı Amerikalı ve Avrupalı Amerikalı evli çiftleri karşılaştıran birçok araştırma, *Evliliğin İlk Yılları* ya da *Evliliğin Erken Yılları* çalışması olarak anılan ve evli oldukları dönemde Detroit bölgesinde yaşayan boylamsal bir çiftler örneklemi üzerine temellenmiştir. Örneğin, Ruvolo ve Veroff (1997), katılımcıların (153 Afrikalı Amerikalı çift, 160 beyaz çift) hem gerçekteki hem de ülkülerindeki partnerlerinin 12 kişisel özelliğine ilişkin değerlendirmelerine bakmışlardır. Özellikler, incelikle sabırsızlık arasında değişiyordu. Hem kadınlar hem de erkekler için daha büyük gerçek/ülküsel farklılıklarının (gerçek partnerle ülküsel partner arasındaki farklılığın en fazla olduğu durum) hem kocalar hem de eşler için daha düşük evlilik refahıyla ilişkili olmasına karşın, bu ilişkilerde ırksal hiçbir farklılık bulunamamıştır. Bu aynı örneklemin diğer özelliklerine farklı zamanlarda bakan bir çalışmada Ruvolo (1998), hem bireyler hem de partnerleri için genel mutlulukla evlilikte refah arasında olumlu bir ilişki bulmuştur. Örneğin, zaman içinde bir noktadaki iyilik bildirimleri, zaman içinde başka bir noktada partnerlerin iyilik hâli bildirimlerini yorduyordu.

Acitelli, Douvan ve Veroff (1997), aynı örneklemde (yaklaşık 115 Afrikalı Amerikalı ve 120 beyaz çift) değişik çatışma süreçlerini araştırmış ve ırk temelinde bazı farklılıklar bulmuşlardır. Örneğin, kadınların kocalarının yapıcı davranışlarına ilişkin anlayışlarıyla, Afrikalı Amerikalı çiftlerde kadınların ve kocalarının evlilik refahı arasında *olumlu*, fakat beyaz çiftlerde *olumsuz* bir ilişki vardı. Acitelli ve diğerleri, sonraki bulgular için olası birçok açıklama önermişlerdir. Böyle bile olsa, Afrikalı Amerikalı çiftlerle ilgili bulguların daha önce kestirilen ve mantıklı görünenle doğrudan uyumlu olması, yani anlayış arttıkça refahın da artması ilginçtir.

Bu örnekleme dayalı diğer bir çalışmada Timmer, Veroff ve Hatchett (1996), 115 Afrikalı Amerikalı ve 136 beyaz çiftin, evlilik mutlulukları ve aile üyeleriyle bağları arasındaki ilişkiye baktılar. Büyük çoğunluğu, ırksal farklılıklardan çok, benzerlikler gösteren bir dizi karşılaştırma yapmışlardır. Örneğin, "ortalama olarak, zenci kocalar, ailelerine beyaz kocalardan daha yakın olduklarını ileri sürmelerine karşın, zenciler ve beyazlar kendilerini ana babalarına ve üveylere benzer bir biçimde yakın hissetmişlerdir" (s. 345). Yazarlar tarafından işaret edilen farklardan biri, beyaz çiftler geniş aileyle ilgili konular üzerinde daha fazla tartışırken, zenci çiftlerin ailelerini daha sık ziyaret etmeleri fakat ihtiyaç duyulduğunda yardım edebilecek daha az sayıda aile üyesi algılamalarıydı. Yazarlar, Afrikalı Amerikalıların maddi durum gibi değişik yapısal etmenlerin ötesinde, aile bağlarına özellikle yüksek bir değer verdikleri sonucuna varmışlardır.

Geniş aileye verilen bu değer, Gaines'in (1995) Afrikalı Amerikalı ailelerde gördüğü toplulukçuluğa daha az, İspanyol Amerikalı ailelerde gördüğü aileciliğe daha çok benzemektedir. Ancak yine de bu, diğer renklerden olan çiftler kadar, Afrikalı Amerikalı çiftlerin de, dar anlarda çekirdek ailenin destekleyici bir aile-

sel ve kültürel ağ içine gömülü olduğunda daha iyi işlev gördüğünün daha fazla farkında olabilecekleri, önermesiyle tutarlıdır (aynı zamanda bk., McLoyd ve ark., 2000).

Adelmann, Chadwick ve Baerger (1996), evlilik niteliğini beyaz ve Afrikalı Amerikalı yetişkinlerden oluşan ve ABD'de birbirine bitişik 48 eyaletten ev halkını temsil eden, geniş bir örneklem üzerinde görüşmeler yoluyla incelemişlerdir (s. 369). Adelmann ve arkadaşlarının çözümlemelerindeki örneklem, 333 Afrikalı Amerikalı (183 kadın, 150 erkek) ve 1097 beyazdan (619 kadın, 478 erkek) oluşmaktaydı. Evlilik niteliğinin olumlu (doyum ve karşılıklı bağımlılık) ve olumsuz (anlaşmazlık ve eşin olumsuz davranışı) yönleriyle birlikte bazı yapısal aile değişkenlerini değerlendiren Adelmann ve arkadaşları, beyazların ve Afrikalı Amerikalıların benzer evlilik niteliği örüntülerine sahip olduklarını, fakat evlilik niteliği *düzeylerinin* farklı olduğunu göstermişlerdir. Diğer bir deyişle, her iki grup için de evlilik refahına aynı şeyler katkıda bulunuyordu; ancak Afrikalı Amerikalılar, beyazlarla karşılaştırıldığında, olumlu yönlerde daha düşük, olumsuz yönlerde ise, daha yüksek düzeyler sergiliyorlardı. Ancak istatiksel olarak anlamlı bile olsa, gruplararasında çok az bir farklılığın olduğunu unutmamak gerekir. Her iki grup da, evlilik niteliğinin olumlu yönlerinde ortalamanın oldukça üstünde, olumsuz yönlerinde de ortalamanın oldukça altındaydı. Gerçekte, Afrikalı Amerikalı katılımcıların beyaz katılımcılardan daha fazla çocuk sahibi olduklarını, daha fazla ana baba gerginliği yaşadıklarını ve daha düşük gelirlerinin olduğunu belirtmelerine karşın, evlilik niteliğindeki farkın daha büyük olmaması biraz şaşırtıcıdır. Diğer araştırmalar, Afrikalı Amerikalılarda boşanma oranlarının daha yüksek olduğuna fakat eğitim düzeyi arttıkça boşanma olasılığının azaldığına işaret etmektedir.

Etnik Gruplararası/Irklararası Çiftler

Irklararası ve etnik gruplararası çiftler üzerinde yapılan araştırmalar henüz başlangıç aşamasındadır ve önümüzdeki yıllarda bu türden çok daha fazla araştırma yapılacaktır. Bağlanma ve diğer ilişki süreçleriyle ilgili bir araştırmada Gaines, Granrose ve arkadaşları (1999), 103 ırklararası karşıtcinsel çifti değerlendirmişlerdir. En ilginç bulgulardan biri, bireylerin çoğunluğunun kendilerinin partnerlerine güvensizden çok, güvenli olarak bağlanmış olduklarını belirtmesiydi. Bu bulgu yazarlara göre, "ırk içi (aynı ırktan) çiftler üzerinde yapılan araştırmalarda çok doğal ve beklentilere uygun bulunan... fakat ırklararası çıkan ya da evlenen bireylerin psikolojik açıdan sağlıksız oldukları yönündeki kalıpyargıya da ters düşen bir bulgudur" (s. 103) biçimindedir.

Doksan bir ırklararası çifti içeren bir başka çalışmada, Gaines, Rios ve arkadaşları (1999), erkeklerin ve kadınların "anlamlı düzeylerde şefkat ve saygı alışverişinde bulunduklarını" (s. 103) ortaya koymuşlardır. Irklararası çiftlerin birbirlerine karşı sevgi, şefkat ve saygı göstermeleri çok doğal görünebilmekle birlikte, bu ilişkilerdeki partnerlerin, ırklararası/kültürlerarası çıkma ya da evlilikleri onaylamayan dışarıdan bazı kişilerin rahatsız edici davranışlarına ve hatta fiziksel saldırılarına hedef olabileceklerini unutmamakta yarar vardır (Gaines ve Liu, 2000).

İnsanların ırklararası/kültürlerarası çıkma ya da arkadaşlığa ilişkin tutumların ve yanlılıklarını ortaya çıkarmaya çalışan bir çalışmada, Garcia ve Rivera (1999), üniversite öğrencilerinden bazı anketleri doldurmalarını ve fotoğraflarına bakarak çiftler bir dizi özellikleri açısından değerlendirmelerini istemişlerdir. Çiftler şöyle oluşturulmuştu: her iki partner de İspanyol; her iki partner de Afrikalı Amerikalı ya da ırklararası çiftler (Afrikalı Amerikalı erkek/İspanyol kökenli kadın; İspanyol kökenli erkek/Afrikalı Amerikalı kadın). Garcia ve Rivera, "arkadaşlık aşamasında" olarak betimlenen çiftlerin, "nişanlı" olarak betimlenenlerden daha olumlu değerlendirildiklerini ortaya koydular. Ayrıca her iki partnerin de aynı ırktan olduğu çiftler, daha olumlu olarak değerlendiriliyorlardı. Yazarlar, "algılayıcıların, hiç değilse, üniversite topluluğundan olanların, ırksal olarak benzer olan ve olmayan çiftlere ilişkin izlenimler oluştururken, kalıpyargılara güvenir göründüklerine" (s. 82) işaret etmektedirler.

Kuşkusuz, insanların ırklararası/kültürlerarası çiftlere ilişkin algılarının kaydedilmesi bir şey, gerçekte böyle ilişkiler içindeki insanların değerlendirilmesi ise çok daha başka bir şeydir. Shibazaki ve Brennan (1998), bazıları etnik gruplararası, bazıları etnik grup içi ilişkiler içindeki üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları bir araştırmada, yukarıdakilerden ikincisini yapmaya çalışmışlardır. İki grup, doyum ve ilişkinin ana baba ve arkadaşlar tarafından onaylanıp onaylanmadığına ilişkin algı gibi, bir dizi değişken açısından benzer görünüyordu. Ancak, özsaygı ve ilişkinin toplum tarafından onaylanıp onaylanmadığına ilişkin algı gibi, başka değişkenler açısından farklılaşıyorlardı. Etnik gruplararası ilişki yaşayan grubun özsaygısı, diğer grubunkinden biraz daha düşüktü (anlamlı olarak). Ayrıca bu aynı grup, ilişkilerinin halk tarafından onaylanma düzeyini de daha düşük algılıyordu. Yazarlar şu sonuca varmışlardır: "Etnik grup içi ve etnik gruplararası ilişkiler büyük ölçüde benzerdir... Ancak, etnik gruplararası romantizmi saran efsaneler, bu tür ilişkiler içindeki kişiler için güçlük yaratabilir." (s. 255).

Özsaygı konusu, etnik gruplararası ve etnik grup içi ilişkileri olan üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem üzerinde Gurung ve Duong (1999) tarafından da araştırılmıştır. 131 lisans öğrencisinin, 58'i etnik grup içi, 73'ü ise etnik gruplararası ilişki yaşıyordu. Yazarlar grupları, özsaygıyı, benlik kavramının açıklığını ve etnik kimliği içeren bireysel özellikler ile doyum, bağlanma ve partnerin beklentileri gibi, ilişkisel özellikler açısından karşılaştırdılar. Sonuçlar, gruplararasında iki tür özellik açısından da bir farkın olmadığını ortaya koydu. Böylece, karışık etnik kökenli ilişkilerdeki insanlarda özsaygı, aynı etnik kökenli ilişkileri olan insanlarda olduğu kadar yüksekti (Bu bulgu, Shibazaki ve Brennan'ınkinden [1998] biraz farklıdır). Gruplar, partnerlerde tercih edilen özellikler gibi başka bakımlardan da benzerdi.

Karışık etnik kökenli/karışık kültürlü ve aynı etnik kökenli/aynı kültürlü ilişkileri olan insanlar arasındaki benzerlik ve farklılıkların gerçek doğasını açıklığa kavuşturmak için daha fazla çalışmanın yapılması gerekmektedir. Buna karşın, yine öyle görünüyor ki insanlar farklı olmaktan daha çok benzerdir. En sonunda, çok kültürlü ve çok ırklı ilişkiler tartışılırken; (1) etnik ve ırksal gruplararasındaki birçok benzerliği dikkate almak (bunlar arasında beyaz/Kafkas/beyaz İspanyol kökenli olmayan/Avrupalı Amerikalı olduğu düşünülen insanlar sayılabilir), (2) farklılıkları ortaya çıktıklarında incelemek, (3) *farklılığın eksiklik* anlamına gelmediğinin farkında olmak ve (4) bütün kültür ve ırkların sağlıklı ilişki ve ailelerin nasıl kurulabileceği konusunda öğrettiklerini olumlu karşılamak önemli olacaktır.

Birlikte Yaşayan Çiftler

Birlikte yaşayan çiftlerde yaygın olan özelliklerin birçoğu bu kitabın diğer bölümlerinde ve hatta bu bölümün başka yerlerinde tartışıldığı için, bu alt bölümde yalnızca birlikte yaşayan çiftlere ilişkin araştırma bulguları ve bazı demografik bilgiler kısaca ele alınacaktır (Daha geniş bir değerlendirme için bk., Seltzer [2000]).

ABD'de 1997'lerde yaklaşık olarak 4.1 milyon birlikte yaşayan çift vardı ve **birlikte yaşama** oranları genç yetişkinler ve daha ileri yaşta yetişkinler arasında artmaya devam etmektedir (Seltzer, 2000). Daha genç insanlar için bu, evliliğin ertelenmesinden kaynaklanmaktadır fakat daha yaşlı kişiler için ayrıca, birlikte yaşamaya yönelik olarak daha hoşgörülü hâle gelen tutumlardan da etkileniyor olabilir. Bu yaşam tarzı biçimi (bazı ülkelerde bütünüyle kabul edilemez olmakla birlikte), ABD'de hâlâ diğer birçok ülkede olduğundan daha az onaylanmaktadır. ABD'de birlikte yaşama oranları, Afrikalı Amerikalılarda, İspanyol Amerikalılarda ve Avrupalı Amerikalılarda ve bütün eğitim düzeyindeki insanlarda artmaktadır (Seltzer, 2000).

Evli olmaksızın birlikte yaşamanın zorluklarından biri, böyle bir ilişkinin bir hastalık ya da ayrılma durumunda yasal hiçbir konumunun olmamasıdır. Bazı eyaletlerin birlikte yaşama ilişkilerini diğerlerinden daha meşru ya da yasal görmelerine karşın, eşcinsel kadın ve erkek çiftlere çok benzer biçimde, birlikte yaşayan partnerlerin, yalnızca birkaç yasal korumaları vardır. "İç partnerlik kayıt sisteminin ulaşılabilirliği, uygunluk kuralları, iç partnerlik kaydının yararları ve sorumlulukları açısından eyaletler arası önemli farklılıklar, birlikte yaşamanın anlamı ve ABD akrabalık sistemi içindeki yeri konusunda toplumdaki anlaşmazlığı göstermektedir." (Seltzer, 2000, s. 1262).

Bazı çiftler için birlikte yaşama, yalnızca çıkmadan evliliğe giden yolda bir noktadır, fakat diğerleri için ilişkinin en son tanımlanma biçimidir. Birlikte yaşama, çiftlere ya birlikte yaşayamayacaklarına karar verme ya da farklılıklar üzerinde uzlaşma fırsatı vererek uzun dönemde evlilikte başarı olasılığını arttıracakmış gibi görünmekle birlikte, durum hiç de öyle değildir. Evlilik öncesi birlikte yaşayan çiftlerde ayrılma ya da boşanma olasılığı daha önce birlikte yaşamayanlarda olduğundan daha yüksektir (De Maris ve Rao, 1992). Cohan ve Kleinbaum (2002), "evlilik öncesi birlikte yaşayan eşlerin, birlikte yaşamayanlarla karşılaştırıldığında, daha olumsuz ve daha az olumlu sorun çözme ve destek davranışları sergilediklerini" (s. 180) göstermişlerdir. Ancak gruplararasındaki farklılıklar azdı ve her iki grup da iyi işlev görüyordu.

Birlikte yaşayan çiftlerle ilgili diğer bir yanlış kanı da, genç ve kayıtsız oldukları yönündedir, fakat gerçekte birlikte yaşayan evlerin yaklaşık yarısında çocuklar da bulunmaktadır (Seltzer, 2000). Yaşamın ilerleyen aşamalarında, evlilik ya da yeniden evliliğe eşlik eden karmaşık işlemler nedeniyle, daha yaşlı çiftler de birlikte yaşamayı daha fazla düşünür hâle gelmektedirler.

Birlikte yaşayan çiftlerin, evli çiftlerden farklı göründüğü bir alan da daha fazla eşitlikçi olmalarıdır: evdeki sorumluluklar daha fazla paylaşılır, iş sorumluluklarına karşılaştırılabilir bir biçimde bağlanılır ve geleneksel cinsiyet rollerine daha az uyulur (Blumstein ve Schwartz, 1983; Seltzer, 2000). Birlikte yaşayan çiftler, kadınların ve erkeklerin ilişkilerinde ne yapmaları gerektiğine ilişkin toplumsal beklentilerden daha bağımsız olabilirler, fakat toplumun cinsiyet damgalı beklentilerine uymakla daha az ilgilenen insanların birlikte yaşamayı seçiyor olmaları da eşit derecede mümkündür.

Seltzer'in (2000) de belirttiği gibi, insanların birlikte yaşamalarının nedeni, ister geleneksel evliliğin sağladığından daha az toplumsal cinsiyete dayalı bir yaşam tarzı istemeleri, ister evlenmeyi göze alamamaları olsun, isterse de evliliğe bağlanmadan önce bir deneme süresi istemeleri olsun, daha fazla çeşitten insan, daha fazla çeşitten nedenle birlikte yaşamaktadır ve toplumun onları değerlendirmekten çok anlamaya gereksinimi vardır. Birlikte yaşayan fakat evli olmayan bir çifte ilişkin yorumda bulunurken Rabbi Judy Shanks (2001), "Saf bir ilişki, yalnızca resmî yeminlerden değil, aynı zamanda yakınlık ve arkadaşlıklarında sevgi, güven, karşılıklı saygı, derin ve sürekli neşeye dayanan bir anlaşma yaratan ve sürdüren iki partnerden oluşur" (s. 96) demektedir.

Özet ve Sonuçlar

En yaygını ve kapsamlı olarak araştırılanı evlilik ilişkisi olmakla birlikte, partnerli ilişkilerin çok farklı biçimleri vardır. Bazı bilim insanları, bir ilişkiyi tanımlamada yapıdan çok süreçlerin kullanılması fikrini vurgulayarak, ilişkileri, *cinsellik üzerine kurulu ilişkiler* biçiminde tanımlamışlardır.

Yeniden evlilik sonucu ortaya çıkan aile, hiç değilse, biri daha önceden evlenmiş olan evli partnerlerden oluşan bir çifti temsil eder. Yeniden evliliğe dayalı bir aile, partnerlerden birinin ya da her ikisinin önceki evliliklerinden olan çocukları içerir. Bu aile biçimi yeni değildir fakat son yıllarda çok daha yaygın hâle gelmiştir. Yeniden evlenen çiftler, genellikle ilk kez evlenenlerden daha kısa bir süre kur yaparlar, daha yaşlıdırlar ve (özellikle kadınlar) ilişkilerinde daha fazla eşitlik yanlısıdırlar. Yeniden evlenen partnerler, evliliklerinden, ilk kez evlenen partnerler kadar doyum alırlar, fakat yeniden evliliklerde dağılma oranı daha yüksektir. Bunun nedeni, büyük bir olasılıkla, yeniden evlilik sonucu oluşan ailelerin daha karmaşık olması ve çözülecek daha fazla çatışmanın ve yönetilecek daha fazla ilişkinin bulunmasıdır. Böyle ailelerdeki çocukların büyük çoğunluğu, ilk kez evlenen ailelerdeki çocuklar kadar iyi gelişirler, fakat boşanmayı izleyen sorunlara benzer sorunlar yaşanabilir. Vasi olmayan ana babalar, büyük ana babalar, üvey büyük ana babalar ve benzerleri de içinde olmak üzere, dar ve geniş ailesi ve arkadaş çevresi uygar ve destekleyiciyse yeniden evlenen bir aile başarılı olabilir.

Eşcinsel kadın ve erkek çiftler, yakın ilişkilerini geliştirmeye ve sürdürmeye çalışırken önemli derecede toplumsal dışlamayla yüz yüze gelebilirler. Eşcinsel çiftlerin kur yapma dinamiklerinin birçoğu, sevgi gibi olumlu, çatışma gibi daha sorunlu etmenler de içinde olmak üzere, karşıtcinsel çiftlerinkilere benzemektedir. Eşcinsel çiftler, güçle ilgili konuları, karşıtcinsel çiftlerden genellikle daha eşitlikçi bir biçimde çözmekte ve evdeki görevleri de daha eşit olarak paylaşmaktadırlar. Sadakatsizlik (özellikle erkek eşcinsel çiftler için) ve ilişkide şiddet gibi konular, aynı cinsiyetten çiftlerde de görülür. Bir bölümüyle ilişkinin dağılmasının önünde, yasal evlilik anlaşması, ortak mallar ya da çocuklar gibi engeller olmadığından, çözülme oranları eşcinsel çiftlerde, karşıtcinsel çiftlerde olduğundan, biraz daha yüksektir. Araştırmalar, kadın eşcinseller için belirtilen daha fazla eşitlik ve arkadaşlardan daha fazla toplumsal destek dışında, erkek ve kadın eşcinsel çiftler arasında yalnızca birkaç farkın olduğunu göstermektedir. Giderek artan sayıda erkek ve kadın eş-

cinsel çift, çocuk sahibi olmaya ya da evlat edinmeye karar vermektedir; bu nedenle toplum, gelecekte daha fazla eşcinsel aile görmeyi beklemelidir.

ABD nüfusu hakkındaki demografik bilgiler değişmektedir ve 2000'li yılların ortasında nüfusun yaklaşık yarısı, Afrikalı Amerikalılar, İspanyol kökenli Amerikalılar ve Asyalı Amerikalılar da içinde olmak üzere, büyük bir olasılıkla, renkli insanlardan oluşacaktır. Değişik kültür ve ırklardan çiftler, aileler ve gruplararasındaki benzerlikler ve farklılıklar kadar, çok etnik kökenli ve çok ırklı çiftlerin ve ailelerin nasıl işlev gördüklerinin anlaşılması da önemlidir. Örneğin, İspanyol kökenli ailelerde maçoluk kavramı gereğinden fazla büyütülmüş olabilir. Afrikalı Amerikalı çiftler, diğer etnik gruplardan olan çiftlerden daha düşük ilişki doyumu belirtmekle birlikte, Afrikalı Amerikalı kocalar, ev işlerinin paylaşımında diğer etnik gruplardan olan kocalardan daha etkindirler. Afrikalı Amerikalı ve Avrupalı Amerikalı çiftler üzerinde bu çiftler yeni evliyken başlayan boylamsal araştırmalar, bunlar arasında birçok benzerlik ve yalnızca birkaç farklılık bulmuştur. Örneğin; Afrikalı Amerikalı çiftler, geniş ailede daha az çatışma algılamışlardır. Diğer araştırmalar, Avrupalı Amerikalı ve Afrikalı Amerikalı çiftler için benzer örüntüler fakat farklı evlilik niteliği düzeyleri ortaya koymuştur. Bazı araştırmalar, çok etnik gruplu/çok ırklı ilişkilerdeki ortakların özsaygılarının etnik gruplararası/ırklararası ilişkilerdeki ortaklarınkinden daha düşük olduğunu ortaya koymuştur, fakat başka araştırmalar özsaygıda bu farklılıkları bulmamıştır. Bu durum, çok ırklı/çok etnik gruplu ilişkilerdeki insanlara yönelik toplumsal tutumların, ilişkilerin gerçekten bir parçası olan insanların duygularından daha olumsuz olmasından kaynaklanıyor olabilir. Gerçekte, iki partnerin de aynı ırk ya da etnik gruptan olduğu çiftler için ilişki süreçleri, partnerlerin farklı ırksal ya da etnik gruplardan olduğu çiftler için olanlara çok benzerdir.

Bütün yaşlardan çiftler için evlenmeksizin bir arada yaşama çok daha yaygın hâle gelmiştir. Bu, insanların evliliği ertelemeyi seçmelerinden ya da etkin bir biçimde evlilik yerine birlikte yaşamaya karar vermelerinden kaynaklanıyor olabilir. Birlikte yaşayan çiftler, birbirlerine çok bağlanmış olabilirler, fakat evli çiftlerin sahip olduğu yasal ve diğer bağlara ve korumalara sahip değildirler. Birlikte yaşayan çiftler evlendiklerinde boşanma olasılıkları, birlikte yaşamadan evlenenlerde olduğundan daha yüksektir.

Sonuç olarak eşcinsel çiftler, çok kültürlü çok ırklı çiftler, birlikte yaşayan çiftler ve evli çiftler farklı olmaktan daha çok benzerdirler. Tümü, günümüz dünyasında ilişkisel yaşamı ve aile yaşamındaki çeşitliliğin benzersiz yönlerini temsil etmektedir. Toplum çeşitliliğin olumlu yönlerinin bilincine vararak farklı çift türlerini daha çok destekleyici ve daha az kınayıcı olma yolunda ilerledikçe bütün çiftler bundan yararlanacaktır.

Anahtar Kavramlar

Birlikte yaşama (s. 203)
Eşcinsel erkek (s. 194)
Eşcinsel kadın (s. 194)
Çok kültürlü ilişkiler (s. 198)
Çok ırklı ilişkiler (s. 198)
Yeniden evlilik yoluyla oluşan aileler (s. 191)
Cinselliğe dayalı temel ilişki (s. 190)

10 Toplumsal Cinsiyet

Toplumsal Cinsiyet Konusunda Ne Biliyoruz?

Toplumsal Cinsiyetin ve Toplumsal Cinsiyet Farklılıklarının Kökenleri

- Evrimsel ve Toplumsal Yapısal Yaklaşımlar
- Korumacı Cinsiyetçilik
- Toplumsal Cinsiyetin Doğurguları

Cinsiyet ya da Toplumsal Cinsiyet? Kadınlarda Cinsel Etkilenebilirlik (Biçim Verilebilirlik Konusunda Önermeler

- Bu Önermelere Tepkiler
- Cinsel Yönlendirilibilirlikle İlgili Diğer Görüşler

Toplumsal Cinsiyet, İlişkisel İnanç ve Davranışlar

- İlişkisel İnançlar
- İlişkisel Kültürler ve İklimler

Güç ve Denetim

Yetkili Olma

Toplumsal Cinsiyet ve Aile İşleri

Toplumsal Cinsiyet ve Ev İşleri

Toplumsal Cinsiyet ve Gelir

Toplumsal Cinsiyet, İş ve Gelecek

İlişki Öyküsü

Kirli Çamaşırlar

Della mutfakta çalan telefonu duydu, fakat yanıtlamayı telesekretere bıraktı. Jerome'un sıcak, tembel ancak şimdi sinirli sesini işitti "Della, oradaysan, aç telefonu. Telefonu aç Della!" Sonunda, kendisini araması için kısa bir ileti bırakarak telefonu kapattı.

Della, telefonu yanıtlamak için hiçbir şey yapmadı, yalnızca muhasebe kitabına odaklanmaya çalıştı. Ertesi gün bir dönem sonu sınavı vardı ve ona hazırlanmak istiyordu. Muhasebe onun en sevdiği ders değildi, ancak işletmeciliği bitirme beklentilerinin ayakta kalabilmesi için bu dersten geçmesi gerekiyordu. Jerome'la konuşmak istemedi -belki de belirli bir süre. İki gün önce, kirli çamaşırlarla ilgili olarak yaşadıkları büyük tartışmanın ardından onunla konuşmaya gerçekten *gereksinim duymuştu*, ancak o zaman Jerome kimya sınavına hazırlandığını ve meşgul olduğunu söylemişti. Öyleyse, şimdi de Della meşguldü ve Jerome bekleyebilirdi.

İlişki Öyküsü (devamı)

İşin gerçeği; Della Jerome'a ne söyleyeceğini bilmiyordu. Kirli çamaşırlarla ilgili tartışma ve onu izleyen her şey, aklını karıştırmıştı. Uzun bir süredir, Jerome'la ilişkilerinin nereye gittiğini bildiğini düşünüyordu, fakat şimdi bundan emin değildi. Della yaklaşık iki yıldır Jerome'a aşıktı. Üniversite ikinci sınıftayken aldıkları bir psikoloji dersinde tanışmışlardı, şimdi ikisi de son sınıftaydılar ve hâlâ birlikteydiler. Derste birbirlerini ilk gördüklerinde, onlara sanki birbirlerini daha önceden tanıyorlarmış gibi gelmişti. Sonuçta, hiç karşılaşmadıkları ortaya çıktı, fakat her ikisi de aynı büyük Güney kentindendi ve şaşırtıcı bir biçimde aynı insanlardan bazılarını tanıyorlardı.

Birbirlerini tanıdıkça, ortak yönleri artıyormuş gibi görünüyordu. Her ikisi de sessizdi -ancak çok da değil- her ikisi de ailelerinin en büyük çocuklarıydı. Benzer ailelerden geliyor ve benzer değerleri paylaşıyorlardı ve her konuda anlaşamasalar da bağlılık ve insanlarla uğraşmada ahlaksal kurallar gibi, gerçekten önemli konularda anlaşıyorlardı. Her ikisi de okula çok bağlıydı (Della bir işletmecilik öğrencisiydi, Jerome da fiziksel terapi okuluna gitmeyi planlıyordu) ve her ikisi de faturalarını ödemek için yarım gün çalışıyorlardı.

Kuşkusuz yaşam biçimleri farklıydı. Jerome üniversiteye yakın küçük bir evde iki erkek oda arkadaşıyla birlikte kalıyordu. Ev sahipleri zaman zaman arabayla evlerinin önünden geçtiği ve komşuların yakınmasını istemedikleri için, havalar ısındığında bahçeye taşınıyorlar ve evi yalnızca parti verecekleri ya da içlerinden birinin ana babaları ziyaretlerine geleceği zaman temizliyorlardı. Sonra, elektrik süpürgesiyle tozları almak, bulaşıkları yıkamak, banyoyu temizlemek, haftalarca biriken çöpü atmak ve dolapların içinde, yatakların altında birikmiş çok miktarda kirli çamaşırı yıkamak (kirli çamaşırları gardropların içine, yatakların altına tıkıştırıyorlardı) için çılgınca bir koşuşturma yaşanıyordu. Böyle zamanlarda, Jerome bazen çok düzenli olan Della'nın gelip kendilerine yardım etmesini isterdi. Della, bir sınava hazırlanması ya da işte olması gerekmedikçe çoğu kez gider ve onlara yardım ederdi. Jerome haklıydı, Della gerçekten düzenliydi!

Della ise aksine, tek yatak odalı bir apartman dairesinde tek başına kalıyordu. Yurtta kalmayı, daha sonra da oda arkadaşlarıyla bir daireyi paylaşmayı denedi, fakat ailesi dışında başka insanlarla birlikte yaşamaktan hoşlanmıyordu. Şimdi kaldığı daire çok özenli değildi, fakat çevrede çok hoşlandığı birkaç şey vardı ve dairesini her zaman derli toplu ve temiz tutardı. Jerome, kendi evinden daha fazla sevdiğini söyleyerek, sık sık Della'nın dairesine gelirdi, orada çalışmak, iki ev arkadaşıyla birlikte kendi evinde çalışmaktan çok daha kolaydı. Gerçekte, ilişkilerinde şimdiki krizi başlatan birkaç gün önce Jerome'un ona gelmesiydi.

Kavga bir önceki cumartesi akşamüstü çıkmıştı. Della sosyoloji kitabını okuyordu; gerçekte okudukları toplumsal cinsiyet rolleri ve kadın ve erkek davranışları üzerindeki etkileriyle ilgiliydi. Jerome elinde birkaç kitap ve omzunda plastik bir çöp torbasıyla içeri girdi. Della ona bakarak "Merhaba, o sırtında taşıdığın da ne?" dedi.

"Kirli çamaşırlarımı getirdim." dedi.

"Oh, tamam. Çamaşır makineleri yan binada. Sen git..."

"Benimle birlikte gelip, yardım etmeyecek misin?" diye sözünü kesti Jerome.

"Neden?" diye yanıtladı Della.

Jerome sabırsızlıkla Della'ya baktı. "Yıkanacak çok fazla çamaşırım var; iki haftadır hiç çamaşır yıkamıyorum. Üstelik gerçekten çalışmak zorunda olduğum bir kimya sınavım var."

"Affedersin, kapımın üzerinde 'hizmetçi' yazılı bir işaret mi var?" Şimdi de Della sinirlenmişti.

Jerome incinmiş bir yüz ifadesiyle karşılık verdi. Ardından, kitapları fırlatıp attı, omzunun üzerinden "geri döneceğim" diyerek kapıyı çarptı ve sitenin çamaşırhanesinin yolunu tuttu.

Bir süre sonra geri döndüğünde buzdolabından bir soda alarak oturma odasına geldi. Della'nın karşısındaki bir sandalyeye oturdu. "Della, anlamıyorum. Neredeyse nişanlanacağız. Niçin gelip çamaşırları yıkamama yardım etmek istemedin? Demek istiyorum ki bu senin için o kadar da önemli bir şey değil sanırım, fakat benim için önemli. Eğer birbirimize yardım etmeyeceksek niçin evleniyoruz ki?" dedi.

Della kitabını bıraktı ve doğrudan Jerome'un gözlerinin içine baktı. "Dinle, bu yalnızca senin çamaşırlarınla ilgili değil. Çıkmaya başladığımızda, işlerimizi birbirimizden oldukça ayrı tutmuştuk. Sen kendi işlerinle ilgileniyordun, ben de kendiminkilerle. Sonra sen ve arkadaşların geçen yıl Cadılar Bayramı partisi için aniden, evinizi temizlemeye karar verdiğinizde, benden gelip yardım etmemi istemiştin, ben de öyle yapmıştım. Daha sonra ne zaman temizlik yapsanız hep beni aramaya başladın, hatta ders çalışmam ya da işe gitmem gerek dediğimde biraz sinirlenmiş görünüyordun. Ardından, haftada en az üç gece burada kalmaya başladın ve bazen de sana yemek pişirmemi bekledin. Merhaba? Kirli çamaşırlarını yıkamana yeniden yardım etmeye başlamayacağım, çünkü bunu yaparsam, yakında hepsini tek başıma yapıyor olacağımı biliyorum!"

Jerome ne diyeceğini bilemeden öylece kalakaldı. O, olanları böyle görmüyordu. Della'yı seviyordu ve okullarının bitiminden önce nişanlanmaya karar vermişlerdi. Fiziksel Terapi okuluna kabul edilirse, Della da onunla birlikte taşınacaktı.

Eninde sonunda evleneceklerdi. Bu kadar basitti. Sanki o Della için hiçbir şey yapmıyormuş gibi! Della'nın arabasını hep kontrol eder, çalışır durumda olmasına dikkat ederek, geç saatlere kadar çalışması gerektiğinde, güvende olduğundan emin olmak için onu arabayla alırdı. Della her zaman Jerome'un yaptıklarına değer veriyor görünür ve teşekkür ederdi. Bir ilişkinin anlamı bu -insanların birbirleri için bir şeyler yapmaları- değil miydi?

Konuşmaları, Della ve Jerome çalışmaları gerektiğine karar verinceye dek sürdü gitti. Çalıştılar ve Jerome çamaşırhane kurutucusundan temiz çamaşırları aldıktan sonra bir şeyler yemek için dışarı çıktılar. O gece bu sorun hakkında daha fazla konuşmadılar. Ertesi gün Della, Jerome'u arayarak, biraz daha konuşmak istediğini söyledi; fakat Jerome'un bir sonraki gün bir kimya sınavı vardı ve "Şu anda bu konuda konuşamam. Bir daha çamaşırlarımı yıkamam konusunda senden yardım istemeyeceğim, hepsi bu." dedi.

"Sorun bu değil." dedi Della.

"Pekâlâ, şimdi çalışmak zorundayım. Seni yarın ararım." ve telefon kapandı.

Jerome, bir sonraki gün, kimya sınavının ardından Della'yı aradı, ancak Della telefona yanıt vermedi. Daha sonra, Della'nın o gün öğleden sonra ve akşamüstü çalış-

mak zorunda olduğunu anımsadı, böylece eve döndüğünde kendisini arayacağını düşündü. "Pazartesi Gecesi Futbolu" programını izlemek için televizyonun önüne oturdu ve Della'dan telefon beklediğini unuttu. Maç bittikten sonra, Della'nın kendisini aramadığını fark etti, fakat bunu önemsemedi ve yattı. Bir sonraki gün dersleri bittikten sonra Della'yı tekrar aradı. "Eğer oradaysan aç telefonu Della, telefonu aç Della!"

Bu noktada Jerome, kamyonetine atladı ve Della'nın evine gitti. Della'nın dairesine çıktı ve kapıyı çaldı. Anahtarı vardı, fakat her nasılsa bugün onu kullanmak istemedi. Kapı açıldı, sinirli bir biçimde kendisine bakan Della karşısında duruyordu. Jerome "Telefona yanıt vermedin, ben de evde olup olmadığını görmek için buraya geldim. Seninle konuşmak istiyorum." dedi.

Della "Seninle konuşmak isteseydim, telefona yanıt verirdim. Mademki geldin, öyleyse içeri gir." dedi.

Jerome içeri girer girmez konuşmaya başladı. "Neler oluyor anlamıyorum. Bu konuda konuşmamız gerek. Bir tartışma yaşadık -ve ben hâlâ daha bunun neyle ilgili olduğundan emin değilim- şimdi de benimle konuşmuyormuşsun gibi görünüyor. Sorun nedir?"

Della yanıt verdi. "Pazar günü seninle bu konuyu konuşmak istedim, fakat sen kimya sınavına çalışmakla çok meşguldün. Sonra da ben seninle konuşmak için çok meşgul olduğuma karar verdim. Sorun, yalnızca senin çamaşırların değil, eğer düşündüğün buysa. Biz, toplumsal cinsiyet rolleri, güç, haklar ve tanrı vergisi olarak kabul edilmekten başka bir sürü başka şey nedeniyle kavga ediyoruz. Peki Jerome, bir gün evlenmek ve çocuk sahibi olmak istiyor musun?"

"Sen ne diyorsun kadın? Evlenme ve çocuk sahibi olma konusunda konuştuğumuzu biliyorsun. Bunu bana niçin soruyorsun?"

"Peki, o çocukların bakımını kim üstlenecek?"

Jerome bir süre sessiz kaldı; bu soru için bir yanıtı yoktu. Bunu daha önce hiç düşünmemişti. "Bilmiyorum. Belki sen bakarsın. Ya da gündüz bakım evine gideriz. Ben de yardım ederim. Neden şimdi bana bunu soruyorsun?" dedi.

"Jerome, sen ve ben birlikte çok zaman geçirdik. Birbirimizi sevdiğimizi söyledik, seviştik ve son zamanlarda evlenmekten ve hatta çocuk sahibi olmaktan söz etmeye başladık. Fakat bütün bunları nasıl yapacağımızı hiç konuşmadık. Oh, evet biliyorum her ikimiz de meslek sahibi olmak istiyoruz, peki ya geri kalanını nasıl yapacağız? Ev işlerini kim yapacak? Kim evde kalıp çocuklara bakacak ya da çocuk bakıcısı mı tutacağız, günlük bakım mı alacağız? Çamaşırları kim yıkayacak? İşleri sırayla mı yapacağız, yarı yarıya mı paylaşacağız, yoksa kadın olduğum için işlerin çoğunu benim yapmamı mı bekliyorsun? Ne hissettiğini bilmiyorum, çünkü bunları hiç konuşmadık. Seninkiler bir tarafa, kendim ne hissettiğimden bile emin değilim! Bütün bildiğim, bir gün önce çamaşırlarınla eve geldiğinde, içimden bir şeylerin koptuğu. Sana çok kızmıştım ama nedenini bilmiyordum."

Jerome tam olarak nedenini bilmiyordu, fakat bazı şeyleri görmeye başlamıştı. İkiz erkek ve kız kardeşi küçüklerken, annesinin onlarla evde kaldığını anımsadı. Annesi neredeyse bütün ev işlerini ve çocuk bakımını tek başına üstlenmişti ve babası da eve para getirmek için çalışıyordu. İşler zordu, ama oldukça iyi geçiniyorlardı. Daha sonra ikizler biraz büyüdüklerinde, annesi işe geri dönmüş, babası da yemek pişirme-

ye ve bazı ev işlerini yapmaya başlamıştı. Annesi daha mutlu görünüyordu ve babası da -bir kez yemek pişirmeye alıştıktan sonra- iki kişinin aileye gelir getirmesi nedeniyle rahatlamış görünüyordu. Bunlar, o ve Della'nın konuşmaları gereken şeylerdi.

Jerome konuşmaya başladı. "Della, güç, haklar ve sözünü ettiğin bütün o şeylerin ne anlama geldiğini bilmiyorum, ama bunlar üzerinde konuşmamız gerektiğini biliyorum. Bunların çoğuyla ilgili olarak ne hissettiğimi bilmiyorum. Senin de ne hissettiğini pek bilmediğini görüyorum. Dolayısıyla, çok düşünmek ve daha çok konuşmak zorundayız. İki şeyi biliyorum: Seni seviyorum ve kendi çamaşırlarımı kendim yıkayacağım."

■ ■ ■

Bu Bölümü Okurken Akılda Tutulması Gereken Sorular

- Bir kadın mısınız, yoksa bir erkek mi?
- Della ve Jerome arasındaki çatışmada kendiliğinizden bir tarafı tuttunuz mu? Toplumsal cinsiyetinizin duruma bakışınızı etkilediğini düşünüyor musunuz?
- Siz büyürken/yetişirken, ailenizde ev işleri ve çocuk bakımı nasıl yapılıyordu? Şu anki yaşamınızda nasıl yapılıyor?
- Kadın ve erkeklerin, ev işleri ve çocuk bakımı da içinde olmak üzere farklı işlere uygun olduklarına inanıyor musunuz?

Toplumsal Cinsiyet Konusunda Ne Biliyoruz?

Toplumsal cinsiyet nedir? Toplumsal cinsiyet, biyolojiyle mi, kişilikle mi, yoksa davranışla mı ilgilidir? West ve Zimmerman (1987), bugün için klasik olan bir toplumsal cinsiyet tartışmasında, toplumsal cinsiyetin hem bunların tümü hem de hiçbiri olduğunu söyleyebilirler. Bireysel özelliklerin toplumsal cinsiyeti etkileyebileceğini, fakat toplumsal cinsiyetin "bireylerin bir özelliği" olmadığını belirtmişlerdir. Toplumsal cinsiyet daha çok "toplumsal durumların sonradan ortaya çıkan bir sonucudur: Hem değişik toplumsal düzenlemelerin bir sonucu (çıktısı) hem de onlar için bir gerekçe olarak ve ayrıca da toplumun en temel bölünmelerinden birini yasallaştırmanın (meşrulaştırmanın) bir aracı olarak." (s. 126). Bu yazarlar, cinsiyet ve toplumsal cinsiyet arasında ilginç bir ayırım yapmışlardır.

Bir bebeğin cinsiyeti çoğunlukla, doğumunda cinsel organlarının denetlenmesiyle ve seyrek olarak da kromozom türüne göre belirlenir. Çok büyük bir çoğunlukla, bir bebek açık bir biçimde dişi ya da erkek olarak kimliklenir ve dolayısıyla erkek ya da dişi cinsiyet kategorilerinden birine atanır. Bir kişinin cinsiyet kategorisi topluma, cinsiyetlere özgü saç stilleri ve giysi kodları gibi değişik kimlik göstergeleri aracılığıyla belli edilir. Örneğin, erkekler genellikle dantelli, fırfırlı giysiler ya da etekler giymez, fakat aykırı durumlar olabilir. Biyolojik ölçütler temelinde (ör., cinsel organlar) bir cinsiyet kategorisine yalın bir atanmanın ötesinde insanlar duygu, biliş ve davranışların, kendi cinsiyet kategorileri için toplumun dayatma ve beklentileriyle uyuşacak biçimde, nasıl yönetileceği gibi birçok karmaşık eylemi de öğrenirler. Bu etkinliklerin tümünün

toplamına toplumsal cinsiyet adı verilebilir. Başlangıçta, yalnızca cinsiyet ve cinsiyet kategorisi vardır, ancak ondan sonraki her şey toplumsal cinsiyettir.

Toplumsal Cinsiyetin ve Toplumsal Cinsiyet Farklılıklarının Kökenleri

West ve Zimmerman (1987), bu konular üzerinde değişik biçimlerde durmuşlardır, fakat temel düşünceleri toplumsal cinsiyetin olduğumuz bir şey değil, daha çok yaptığımız bir şey olduğu biçiminde kalmıştır. Ve biz, bunu yapamayız! Toplumsal cinsiyet, cinsiyet kategorisine eşlik ettiği için ve cinsiyet/cinsiyet kategorisi her yere birlikte taşıdığımız (bir ileri konum değişkeni; Laumann ve ark., 1994) bir şey olduğu için, toplumsal cinsiyet de cinsiyet gibi her zaman bizimle birliktedir. Toplum, toplumsal cinsiyetle ilişkili davranışlarımızdan bizi sorumlu tuttuğu için, toplumsal cinsiyeti *yok etmeyi* ya da *yeniden yapmayı* söylemek yapmaktan daha kolaydır.

Toplumsal cinsiyetimizle ilgili beklentilere uymazsak, bu **sorumluluk** cezalandırılmayla sonuçlanabilir. Örneğin, erkeklerin "güçlü" olmaları beklendiği için başkaları önünde ağlayan bir erkek "aşırı duygusal" ya da "zayıf" biri olarak görülebilir. Kadınların konuşkan ve destekleyici olmaları beklendiği için, mantığa dayalı kararlar alan ve duygusal görünmeyen bir kadın "soğuk ve duygusuz" olarak etiketlenebilir. Bu tür sorumluluk hataları için ödenen bedeller çok küçük olabilir, ancak yine de gerçektirler. "Zayıf" bir erkek ya da "soğuk" bir kadın işyerinde ilerleme alamayabilir, iş arkadaşları tarafından daha az sevilebilir ya da "garip" olarak etiketlenebilir.

Toplumsal cinsiyetin olduğumuz bir şeyden çok yaptığımız bir şey olduğu düşüncesi, yakın ilişkiler bağlamında son derece önemlidir ve bu bölüm için temel konuyu oluşturur. Örneğin İlişki Öyküsü'nde eğer Della Jerome'a çamaşırlarını yıkamada yardım etmeyi kabul etseydi, sizce böylece toplumsal cinsiyeti "yapıyor" ya da cinsiyete uygun davranıyor olur muydu?

Feminist bilim insanları, toplumsal cinsiyeti yalnızca yapmakla kalmadığımıza, ayrıca onu bir amaçla da yaptığımıza işaret etmektedirler. Wood (1995), feminist bilim insanlarının odaklandıkları konuyu betimlerken buna işaret etmiştir. Ona göre bu bilim insanları, "kadın ve erkekler için keyfî toplumsal düzenlemeleri, eşitlikten uzak rol ve fırsatları doğallaştıracak biçimde toplumsal cinsiyetin sistematik olarak yeniden üretildiği" (s. 104) ve ek olarak, "eşitsizliği sürdürmek için toplumsal cinsiyetin toplumsal olarak yapıldığı, değerlendirildiği ve kullanıldığı" (s. 105) üzerinde odaklanmaktadırlar. Wood'un amacı, feminist bilim insanlarıyla ilişki bilim insanlarının kesişme noktalarını vurgulamaktı ve bunu yaparken toplumsal cinsiyetin etkin, karşılıklı olarak birbirini etkileyici süreç yönlerinin altını çizmiştir. Toplumsal cinsiyetin kendisi gibi, bazı feminist araştırmalar, bu nedenle içerikten çok süreç çevresinde biçimlenmiştir (bk., Foz ve Murry, 2000) (Toplumsal cinsiyete ilişkin çağdaş kuram ve araştırmalar üzerine tam bir tartışma için Worell'e bk., [2001]).

Evrimsel ve Toplumsal Yapısal Yaklaşımlar

Toplumsal cinsiyete ilişkin yakın geçmişin kuram ve araştırmaları insan davranışlarındaki cinsiyete bağlı farklılıklar ve (1) bu farklılıkların, Buss (1995) ve diğer bazı evrimsel kuramcılarca önerildiği gibi, kadınlar ve erkekler için farklı evrim geçirmiş

yatkınlıklardan kaynaklanıp kaynaklanmadığı ya da (2) bu farklılıkların kadınların ve erkeklerin toplumsal yapı içindeki ilişkisel konumlarının bir sonucu olup olmadığı (Eagly ve Wood, 1999) üzerinde durur.

Eagly ve Wood'a (1999) göre, cinsiyet farklılıklarına toplumsal yapısal yaklaşım, evrimsel kuramın büyük bölümüyle uyumlu olmakla birlikte, çalışmalarının küçümsenemeyecek bir bölümünü eş seçimine (ör., Kenrick ve Trost, 1993) ayırmış olan Buss (1955) ve arkadaşlarının daha dar kapsamlı yaklaşımlarıyla uyumlu değildir. Eş seçimi konusu 2. Bölüm'de daha ayrıntılı olarak tartışılmıştır. Eagly ve Wood (1999) "kadınların ve erkeklerin fiziksel cinsiyet farklılıklarının toplumsal ve ekolojik koşullarla etkileşerek" (s. 412), insanlık tarihinin erken bir noktasında karmaşık bir iş bölümüyle sonuçlandığını savunmaktadırlar. İnsanlık tarihinde bu dönem, ister ilkel avcı, ister 21. yüzyıl şirket yöneticisi olsun, erkeklere üzerlerine aldıkları rollerde daha yüksek konum ve daha büyük güç ve ister ilkel toplayıcı ister 21. yüzyıl yuva yapıcısı olsun, kadınlara da daha düşük konum ve daha az güç vermiştir.

Bu bakış açısı, Buss (1995) tarafından ayrıntılı bir biçimde tartışılan evrimsel yaklaşımla biraz çelişmektedir. Buss, cinsiyet farklılıklarını kültürden daha çok biyoloji içine yerleştirir. Kuşkusuz, yapısalcılar evrimsel süreçlerin önemini yadsımadıkları gibi (Eagly ve Wood, 1999), evrimsel psikologlar da kültürün önemini yadsımamaktadırlar (Kenrick ve Trost, 1993). Fakat evrimsel psikoloji ve toplumsal yapısal bakış açılarının toplumsal cinsiyetin olduğumuz değil de, oluşturduğumuz bir şey olduğu konusuna biraz farklı yaklaşmalarının nedeni, biyolojiye karşı kültürün görece önemidir.

Örneğin, eğer eş seçimi stratejilerinin öncelikle biyolojik bir temeli varsa ve bu nedenle erkekler eş olarak çekici kadınları (çünkü bu tür kadınlar varsayımsal olarak daha sağlıklı çocuklar doğuracaklardır), kadınlar da parası ve konumu olan erkekleri arıyorlarsa (çünkü böyle erkekler varsayımsal olarak çocuklar için daha iyi geçim sağlayıcıdırlar), o zaman, kadınlar üzerinde sürekli olarak görünüme, erkekler üzerindeyse sürekli olarak başarıya odaklanma yönündeki çağdaş toplumsal kültürel baskıların meşruluk derecesi daha yüksektir. Aynı bakış açısından, eğer eş seçimi stratejileri güç ve konumdan etkileniyor yani erkekler güzel eşler, kadınlar da akçal olarak daha iyi durumda olan eşler arıyorlarsa, o zaman erkek ve kadınlar arasında değişen güç farklılıkları kalıpyargılı eş seçimlerinin de değişmesine yol açmalıdır.

Eagly ve Wood (1999) da gerçekten bunu savunmaktadırlar. Birçok açıdan, bütün bu tartışma, yalın bir biçimde eski doğa/bakım tartışmasının günümüzdeki sürümüdür. Eğer bizi biz yapan doğaysa, o zaman elimizden gelen bir şey yoktur: Toplumsal cinsiyet, olduğumuz şeydir. Eğer bizi biz yapan bakım ya da öğrenme, yani çevreyse, o zaman bir şeyler yapabiliriz: Toplumsal cinsiyet yaptığımız bir şeydir. Kuşkusuz bizi biz olarak biçimlendirirken, doğa ve çevre etkileşir, dahası davranışlar *değişmez* değil, *sonradan öğrenmedir* (Travis, 2001). Böyle bile olsa, düşünmenin ya öyle/ya da böyle biçimleri hâlâ varlıklarını sürdürmektedir.

Evrimsel psikoloji yaklaşımının cinsiyetçi olduğu yolundaki suçlamalar güçlü bir biçimde yadsınmış olmakla birlikte, birçok feminist bu yaklaşıma iyi gözle bakmaz (ör., Kenrick, 1995). Ancak yine de birçok toplumsal cinsiyet araştırmacısı için, evrimsel bakış açısının gerçekte kadınları desteklediğine inanmak güçtür. Örneğin, bir taraftan bazı evrimsel bilim insanları, kadınların cinsel ulaşılabilirliği kontrol ettikleri görüşünde olanlar gibi (ör., Kenrick, 1995), kadınların daha zayıf değil, tersine daha güçlü olduklarına inanmaktadırlar. Diğer taraftan başka bazı evrimsel ku-

ramcılar da ırza geçme gibi yıkıcı bir davranışı erkeklerin evrimsel kalıtımlarının bir parçası olarak sunmakta ve erkeklerin kadını hamile bırakmak ve dolayısıyla gensel uyumlarını artırmak için ellerindeki her aracı kullanan yaratıklar olduklarını ima etmektedirler (Thornhill ve Palmer, 2000). Bu kuramcıların ırza geçmeyi olumlu bir şey olarak görmedikleri kesindir, fakat onu doğal bir olgu olarak sundukları da bir gerçektir. LaFrance'ın (2001) da belirttiği gibi, "Irza geçmenin, evrimin doğrudan ve yalın bir sonucu olduğunu ilan ederek, ... bu kitap bir çözüm olmaktan çok sorunun bir parçası olabilir" (s. 379). (Ek bir eleştiri için de Waal'a bk., [2002]). İlginç bir biçimde antropolog Sarah Hrdy ırza geçmenin bütün primatlarda ortak olmadığı görüşünü desteklemektedir.

Evrimsel psikoloji bilim insanlarının, toplumsal yapısal eğilimli bilim insanlarıyla çatışmak istedikleri söylenemez, ancak her grup diğerinden rahatsızdır. Ancak, her iki yaklaşım da toplumsal cinsiyetin olduğu kadar ilişkilerin diğer yönlerinin de anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır.

Toplumsal cinsiyet alanına bir başka ışık da toplumsal cinsiyet ve toplumsal etkileşimi gelişimsel bir bakış açısından tartışan Maccoby (1990) tarafından tutulmuştur. Maccoby ilişkilerdeki toplumsal etkileşimlerde cinsiyet farklılıklarının yalnızca kadınlar ve erkekler etkileşime girdiklerinde görünür olduğunu ileri sürmüştür. Bireysel olarak sınandığında ya da hatta aynı cinsiyetten oluşan gruplarda gözlendiğinde, genç kızlar ve genç erkeklerin ya da kadınlar ve erkeklerin açık farklılıklar sergileme olasılıkları düşüktür, fakat karşıtcinsten akranlarıyla birlikteyken gözlendiklerinde farklılıklar göstermektedirler. Maccoby bu farklılıkları, erkeklerde "kaba ve sert oyun biçemleri" (s. 515), yarışma ve üstünlük eğilimleri ve kızlarda işbirliği, karşılıklılık, toplumsal hızlandırma, iletişime yatkınlık ve benzerleri açısından özetlemiştir.

Buss (1990), "baskınlık ve konum kazanma güdüsünde cinsiyet farklılığına ilişkin evrimsel kuram"la (s. 353) ilgili savını desteklemek için Maccoby'nin (1990) makalesini kullanmıştır. Ancak Maccoby, kızların ve erkeklerin farklılaşan etkileşim biçemleri için böyle bir açıklama getirmemiştir. Maccoby'nin gözlemleri toplumsal bir açıdan yorumlandığında, erken yaşlardan başlayarak aile ve toplumun erkeklerin üstünlük sağlama; kızların, toplumsal hızlandırma davranışlarını pekiştirdiği sonucuna varılabilir. Gerçekte, toplumsal yapısal kuram bu tür bulguları bile kestirmektedir.

Korumacı Cinsiyetçilik

Son yıllarda, toplumsal cinsiyet rollerinin işgücü içinde daha çok kadın ve ev işlerine katılan daha fazla erkek olacak biçimde, belirli bir dereceye kadar değişmesi, toplumsal cinsiyet tartışmalarının da değişmesine neden olmuştur. Ayrıca eşcinsel erkek ve kadın bireylerle çiftler de geleneksel cinsiyet rolleri çizgilerinin bulanıklaşmasında bir rol oynamıştır. Birçok insan, toplumsal cinsiyet yapmanın eski biçimlerinin değiştiğini, kadınların şimdi hiçbir zaman olmadığı kadar daha iyi durumda olduklarını ileri sürebilir. Gerçekte, kadınlara yönelik genel tutumlar çok olumludur; bu *"kadınlar harikadır" etkisi* (Glick ve Fiske, 2001, s. 110) olarak bilinmektedir. Ancak yine de, zamanımız da içinde olmak üzere kadınlar akçal ve siyasal olarak hemen bütün kültürlerde ve tarihsel dönemlerde dezavantajlı durumdadır.

Glick ve Fiske (2001) kadınlara yönelik olumlu tutumlara sahipken, bir yandan da onlar için düşük bir konumu desteklemeye **korumacı cinsiyetçilik** adını vermektedirler. Bu yazarlar, korumacı cinsiyetçiliğin hem kadınlar hem de erkeklerde

varlığını belgelemek için oldukça çok çalışmışlardır. **Düşmanca cinsiyetçilik** (ör., kadınlara ilişkin olumsuz tutumlara sahip olma) de var olmakla birlikte, asıl "silahsızlandırıcı" olan korumacı cinsiyetçiliktir -korumacılık ve incelik içinde gizli ataerkillik. Bu yazarlar sonuç olarak şunu da söylemektedirler: "Korumacı cinsiyetçilik, kadınların nitelendirilmesinde yalnızca desteklenebilir olmakla kalmamakta, fakat aynı zamanda eğer yalnızca yüksek konumlu bir erkek koruyucu edinebilirlerse, erkek gücünün kadınlar lehine kullanılacağı sözünü de vermektedir." (s. 111). Korumacı cinsiyetçiliği hem erkekler hem de kadınlar için aldatıcı kılan şey, onun görünürdeki iyi niyetidir. Daha açıkçası, kadınları biraz korumakta, ülküselleştirmekte ve daha yüksek konuma ve daha fazla olanağa sahip olduğu için erkeğin duyduğu suçluluğu hafifletmektedir. "Korumacı cinsiyetçiliği benimseyen kadınlar, cinsiyetçinin güdüsü koruyucu olarak yorumlanabilirse, cinsiyetçi davranışa karşı çıkmaktansa, onu hoşgörmek eğilimindedir." (s. 111).

Düşmanca cinsiyetçiliğin kadınlar için bir tutukevi oluşturduğu daha kolayca görülebilirken, "altın bir kafes" sağlayan *korumacı cinsiyetçiliğe* daha olumlu bir gözle bakılır. Ancak yine de bir kafesle bir tutukevi büyük ölçüde aynı şeydir.

Toplumsal Cinsiyetçiliğin Doğurguları

Bu alt bölüm, kadınların ve erkeklerin ilişkilerinde saklı ve geçerli hâliyle toplumsal cinsiyetin tartışılması için bir başlangıç oluşturmaktadır. "Toplumsal cinsiyet *olduğumuz* bir şey mi, yoksa *oluşturduğumuz* bir şey midir?" sorusuna odaklı kalmak önemlidir.

Eğer toplumsal cinsiyet, olduğumuz şey ve cinsiyet paketinin bir parçasıysa, o zaman belki içinde sıkışıp kaldığımız da bir şeydir. Maccoby'nin (1990) erkeklerin saldırgan, kızların destekleyici oyun biçemleri konusundaki tartışması, belki yalnızca doğuştan gelen toplumsal cinsiyet farklılıkları gerçeğini yansıtıyor olabilir. Eğer erkekler, kaçınılmaz bir biçimde kadınlardan daha yüksek konumlara sahiplerse, belki de korumacı cinsiyetçilik iyi bir şeydir. Diğer yandan, eğer toplumsal cinsiyet bizim oluşturduğumuz bir şeyse ve bu nedenle cinsiyet ve cinsiyet kategorileriyle yalnızca orta düzeyde ilişkiliyse, o zaman belki değişebilir. Belki düşmanca ve korumacı cinsiyetçiliği besleyen toplumsal yapı, eşitliği de besleyecek biçimde evrim geçirebilir. Maccoby (1990), kadınların ve erkeklerin toplumsal biçemlerindeki farklılıkların nedenine ilişkin bir yanıtının olmadığını, fakat kendimizi çağdaş toplumlarda iki cinsiyetin rol ve ilişkilerinde gözlenen hızlı değişime başarılı olarak uyarlayacaksak, böyle bir yanıtın bulunması gereğine işaret etmiştir (s. 519).

Bu bölümün geri kalanını okurken, *olduğumuz* bir şeye karşı, *oluşturduğumuz* bir şey olarak toplumsal cinsiyetin doğurgularını düşününüz. Bir sonraki sayfadaki Ayraç Kutusu, kendi cinsiyet ilişkili davranışlarınızın daha fazla farkında olmanızda yardımcı olacaktır.

Cinsiyet ya da Toplumsal Cinsiyet? Kadınlarda Cinsel Etkilenebilirlik ya da Biçim Verilebilirlik

İlişkisel cinsellik konusu 5. Bölüm'de ayrıntılı olarak tartışılmıştır ve bazı okurlar kadınların cinsel **etkilenebilirliğinin** niçin orada tartışılmadığını merak edebilirler. Yanıt yalındır: Biçimlendirilebilirlikle ilgili günümüzdeki tartışmalar toplumsal cinsiyetle, cinsiyetle olduğundan çok daha derinden ilgilidir. Bu alt bölümün kalanını okuduktan sonra bu görüşe katılıp katılmadığınıza bakınız.

"Toplumsal Cinsiyeti Oluşturmak"

Toplumsal cinsiyet, olduğunuz değil, oluşturduğunuz bir şeydir diyen yaklaşımı düşünün. Haftanın bir günü yaptığınız her şeyi (ya da hemen hemen her şeyi) yazın. Daha sonra geri dönün ve "toplumsal cinsiyeti oluşturan" her birini kimlikleyerek bütün davranışlarınızı özümleyin. En son listenizi gözden geçirin ve genelde "toplumsal cinsiyet" oluşturup oluşturmadığınıza karar verin.

Burada genç, evli, çalışan ve çocuksuz bir kadının davranışlarından örnekler bulunmaktadır. Bu kadının "toplumsal cinsiyeti oluşturan" her davranışı bir (√) işaretiyle gösterilmiştir.

√ Alarm çaldığında kapattım -uyukladım- sonunda kalktım.
√ Kahve yaptım.
√ Hızlıca kahvaltı ettim.
√ Duş aldım.
√ Makyaj yaptım, saçımı taradım.
√ İş için giyindim.
√ Yatağı topladım.
√ Arabayla işe gittim.
√ İşe giderken, eşimin kirli çamaşırlarını çamaşırhaneye bıraktım.
√ İşyerime girerken, kutuları taşıyan adam için kapıyı tuttum.
√ Erkek iş arkadaşlarımın kişisel sorunlarını dinledim.
√ Öğle tatilinde, kaynanam için doğum günü kartı aldım.

Cinsel Etkilenebilirlik (Biçim Verilebilirlik) Konusunda Önermeler

Kadınlar, cinsel olarak erkeklerden daha uysal, daha ikna edilebilir ve daha esnek midir? Kadınların cinselliği, erkeklerinkinden daha az mı doğrudandır ve daha az mı biyolojik olarak güdülenmiştir? Roy Baumeister (2000), bu soruların ikisine de "evet" yanıtı verecektir. Baumeister, uzun bir bilimsel makalede, çoğu disiplinler arası küçümsenemeyecek sayıda araştırmayı özetlemiştir. Bu araştırmalar, daha büyük *cinsel esnekliğe* sahip olmaları açısından kadınların erkeklerden farklı olduğunu gösterme savındaydı. Baumeister cinsel esnekliği "kişinin ne tür partnerler ve ne tür cinsel etkinlikler istediğine ve sevdiğine ilişkin durumsal, toplumsal ya da kültürel etkilere açıklık" (s. 348) olarak tanımlamıştır. Baumeister kadınların cinsel olarak erkeklerden daha esnek, etkilenebilir ya da yönlendirilebilir olduğunu ileri sürmekte ve bu gerçekten böyleyse üç kestirmenin yapılabileceğini söylemektedir: "(a) Birey olarak, kadınlar cinsel davranışta zaman içerisinde erkeklerden daha fazla değişkenlik sergileyeceklerdir, (b) kadın cinselliği, en özgül toplumsal kültürel değişkenlere tepkide bulunurken erkeklerden daha fazla etki altında olacaktır ve (c) kadınlarda cinsel tutum-davranış tutarlılığı erkeklerde olduğundan daha düşük olacaktır" (s. 347).

Baumeister (2000), kadınların cinsel davranışlarında erkeklerden daha fazla değişkenlik göstereceklerine ilişkin ilk kestirmesini desteklemek için, örneğin erkeklerin yaşamları süresince daha tutarlı bir biçimde mastürbasyon yaptıklarını, çıkma deneyiminin bir işlevi olarak kadınların tutumlarının daha izin verici hâle geldiğini, kadınların, yalnızca aynı cins ya da yalnızca karşıcinsle değil, her iki cinsle de cinsel ilişki kurma sıklıklarının erkeklerinkinden daha fazla olduğunu gösteren araştırma adları vermektedir. Son olarak, Baumeister tutukevlerinde, kadınların erkeklerden daha fazla eşcinsel etkinlikte bulunduklarına işaret etmiştir (%30-%45 erkeklerde, %50 kadınlarda).

Kadınların toplumsal ve cinsel değişkenlerden daha fazla etkilendiklerine ilişkin ikinci kestirmesini desteklemek için, Baumeister (2000) eğitim, din, kültür, aile ve akran etkileri gibi etmenlerin kadınlarda cinsel davranışları, erkeklerde olduğundan, daha fazla etkilediğini gösteren verilere gönderme yapmaktadır. Örneğin, daha eğitimli kadınlar, daha özgürlükçü cinsel tutumlara sahiptirler, ancak yine de daha ileri yaşlara kadar bekaretlerini korumaktadırlar (Bu durum, erkekler için geçerli değildir). Ayrıca kadınlar için, daha yüksek eğitim, daha fazla aynı cinsle cinsel etkinlikte bulunma ve evlilik dışı bir ilişkide daha tutarlı doğum kontrolü araçları kullanmayla ilişkilidir. Ek olarak kadınlar, erkeklerle karşılaştırıldığında, arkadaşlarının cinsel tutumlarından daha fazla etkilenme eğilimindedirler.

Kadınların cinsel tutum ve davranışlarında erkeklerden daha az tutarlı olduğu yönündeki üçüncü kestirmesini desteklemek için Baumeister (2000) değişik bir dizi araştırma sonucu vermektedir: örneğin, erkeklerle karşılaştırıldığında, kadınların sıradan gündelik cinsel ilişki konusunda daha olumsuz tutumlar belirtmekle birlikte, yine de bu tür ilişkilere girdiklerini gösteren sonuçlar gibi. Ayrıca Baumeister, kadın ve erkeklerin hemcinsleriyle cinsel ilişki konusunda aynı derecede olumlu tutum belirtmelerine karşın, bu konuda olumlu tutumları olan erkeklerin, kadınlarla karşılaştırıldığında, son bir yıl içerisinde böyle ilişkilere girmiş olmaları olasılığının çok daha yüksek olduğunu gösteren araştırmalara gönderme yapmaktadır.

Baumeister (2000), temel olarak kadınlarda cinsel etkilenebilirlik gerçeğinin kanıtlanması üzerinde odaklanmıştır; bu etkilenebilirlik ya da biçim verilebilirliğin niçin görüldüğünü belirlemeye çalışmamıştır, ancak yine de olası nedenlerle ilgili üç kuram önermiştir: (1) erkeklerin hem toplumsal hem de fiziksel olarak daha güçlü olmaları, kadınların cinsel tepkilerini esnek olmaya zorlayabilir ya da hiç değilse bu esnekliği kolaylaştırabilir; (2) kadınların cinsel "senaryoları" esnektir, öyle ki kadınlar genellikle çoğu cinsel ilişki önerilerine "hayır" derler ve yalnızca seçilmiş durumlarda yanıtlarını sonradan "evet" olarak değiştirirler (belki cinsel olarak çok dikkatli yatırımda bulunma gereksinimleri nedeniyle) ve son olarak (3) kadınlar, görece daha ılımlı bir cinsel dürtüye sahiptirler. Baumeister, kadınlarda cinsel etkilenebilirlikten bu nedenlerden herhangi birinin ya da tümünün sorumlu olabileceğine işaret etmiştir.

Bu Önermelere Tepkiler

Baumeister (2000), tartışması boyunca kadınların daha yüksek olduğu varsayılan etkilenebilirliklerine ya da tersine, erkeklerin daha yüksek olduğu varsayılan katılıklarına evrimsel ve sosyobiyolojik açıklamalar getirmek eğilimindedir. Fakat bu makalesine yönelik eleştiriler, bir dizi bakımdan onunla aynı görüşte değildi. Örneğin, Hyde ve Durik (2000), kadınların cinsel etkilenebilirlikleri konusunda evrimsel açıklamanın hatalı olduğunu ve çok boyutlu toplumsal yapısal açıklamanın kadınların cinsel esneklik ya da etkilenebilirlikleri için daha iyi bir çerçeve sağladığını ileri sürmüşlerdir. Öte yandan Andersen, Cyranowski ve Aarestad'a (2000) göre, erkek

ve kadınlarda cinselliği biçimlendirmede hem biyolojik süreçlerin hem de toplumsal/kişilerarası etmenlerin olası bir etkileşimine dikkat çeken Baumeister, kadın cinselliğinin evrimsel açıklamalarına çok az yer vermiştir.

Her iki eleştiri de Baumeister'in (2000) kadınların cinsel etkilenebilirliklerine ilişkin savının niçin cinsellik hakkında olduğu kadar ya da daha fazla toplumsal cinsiyetle ilgili olduğunu açıklamaktadır. İlk olarak, Hyde ve Durik'e (2000) göre, kadınların sözde büyük cinsel etkilenebilirlikleri sorusunun bütünü konuyu erkeğin davranışını cinsel norm ya da standart, kadınınkini ise normdan sapma olarak çerçevelemektedir. Örneğin, soru "*Erkeklerin* cinsel davranışları niçin kadınlarınkinden daha *az esnektir*?" olarak çerçevelenebilir ve aynı araştırma sonuçlarının hepsi buraya da uygulanabilirdi. Bu yazarlar, ayrıca cinsel çifte standardın hâlâ canlı ve sağlam olduğunu gösteren araştırmalara gönderme yaparak, Baumeister'ı kadın ve erkekler arasındaki cinsel farklılıklar için olası bir açıklama olarak, bir cinsel çifte standardı yok saydığı için de eleştirmişlerdir.

Biraz farklı bir görgül araştırma yaklaşımından gelen Andersen ve arkadaşları (2000) da ayrıca Baumeister'ın (2000) iki cinsin cinsel tutum, davranış ve tepkilerinin gerçekte oldukça benzer olduğu alanları görmezden geldiğine işaret ederek, bazı toplumsal cinsiyet temelli konuların altını çizmişlerdir (Andersen ve ark., 2000, s. 381). Belki daha da önemli olarak bu yazarlar, "toplumun bakış açısından, cinsel etkilenebilirlikteki toplumsal cinsiyet farklılığı, erkek cinselliğindense kadın cinselliğini kontrol etmeye çalışmanın daha verimli ve etkili olacağına işaret etmektedir... Hayatta kalmak ya da gelişmek için cinsel davranışta bir değişikliğe gereksinim duyan bir toplum, iletilerini ve başka türlü baskılarını erkeklerden çok kadınlara yöneltmelidir, çünkü erkeklerin cinsel istek ve alışkanlıklarını değiştirmek çok daha zordur" diyen Baumesiter'in kadın cinselliğinin kontrol edilebilirliği konusundaki sözlerine dikkati çekmişlerdir (Andersen ve ark., 2000, s. 369).

Andersen ve arkadaşlarının (2000) belirttikleri gibi, kadınlarda cinselliğin kontrolünü *tartışmayla* kadınlarda cinselliğin kontrolünü önerme arasında küçük bir fark vardır ve toplumsal bilim insanları araştırmalarının yanlış yorumlanarak hiç amaçlamadıkları ya da hatta akıllarından bile geçirmedikleri biçimlerde kullanılabileceği konusunda dikkatli olmalıdırlar. Gerçekten, kadın cinselliği tarihsel olarak kontrol edilmiştir. Bu, kabul edilebilir sınırlar dışında cinsel ilişkiye giren kadınlar ölümüne taşlanarak, kızlığı korumak için kadın cinsel organı dikilerek, erkekleri ırzlarına geçmeye kışkırtmamak için kışkırtıcı biçimlerde giyinmemeleri öğütlenerek ve benzeri yollarla yapılmıştır.

Baumeister ve arkadaşları (Baumeister, Catanese, Campbell ve Tice, 2000), Baumeister'ın ahlaksal ya da siyasal bir konum almadığını, yalnızca sosyal bilim araştırmalarının sonuçlarını sunduğunu ileri sürmüşlerdi. Fakat Baumeister aynı noktalara, kadınlarda cinselliği kontrol etmenin karanlığına sapmaksızın da değinebilirdi. Toplumsal cinsiyet gerçekte olduğumuzdan çok *yaptığımız* bir şeyse, kadınların cinsel etkilenebilirliğiyle ilgili bütün tartışmaya katılanların tümü büyük ölçüde toplumsal cinsiyet *yapmaktadır*.

Cinsel Yönlendirilebilirlikle İlgili Diğer Görüşler

Peplau'nun (2001) kadınlarda cinsel yönelimi yeniden düşünmenin bir yolu üzerindeki görüşleri cinsel etkilenebilirlik tartışması ile tutarlıdır. Kadınlarda cinsel etkilenebilirlik kavramı, makalesinin temel taşlarından biri olmakla birlikte, Peplau esnekliğin niçin şöyle ya da böyle olduğunu ya da olmadığını kanıtlamaktan çok, kavramı kadınlarda cinsel partner seçimine daha geniş bir açıdan bakmak için kul-

lanmakla ilgilenir görünmektedir. "Kilit nokta, hiç değilse bazı kadınların çeşitlilik ve değişim becerisine sahip olmaları ve bu esnekliğin erkeklerden çok kadınların bir özelliği olmasıdır" (s. 10). Peplau, cinsel esnekliği birçok kadının hem erkeklere hem de diğer kadınlara duyduğu cinsel çekimi açıklamak için kullanmakta ve bu çekimi: "cinsel davranışın hem maymunlar hem de insanlar arasında, değişik toplumsal ve duygusal işlevlere hizmet eden çok daha geniş bir örüntünün parçası" (s. 12) olarak açıklamaktadır. Peplau, cinsel esnekliği kadınlarla sınırlandırmamakla birlikte, özellikle kadınlar üzerinde durmakta ve farklı disiplinlerden bilim insanlarının dikkatini cinsel davranış ve cinsel yönelim üzerinde odaklanmaktan *ilişki yönelimine* kaydırmaya çalışmaktadır. Peplau'nun, tartışmasını pekiştirmek için kullandığı veriler kadar, tartışmasının doğası da onun toplumsal cinsiyeti *ortadan kaldırmaya* çalıştığı görüntüsünü vermektedir.

Genel olarak, kadınlarda cinsel esneklik konusunda şimdiki tartışma, cinsellik ile ilgili konularla yalnızca orta düzeyde ilişkili görünmektedir. Tartışma, daha çok kimin, hangi kadın hakkında ne söylediği ve niçin söylediğiyle ilgilidir. Özellikle kadın bilim insanları da aynı şeyleri söylüyorlarsa, erkek bilim insanlarının kadın cinselliğinin erkek cinselliğinden daha esnek olduğunu söylemeleri bir sorun oluşturmayabilir. Öyle olması gerektiğini savunmasalar bile, erkek bilim insanları, toplumun kadın cinselliğini kontrol etmesi olasılığını arttırırlarsa, tartışma ya da zıtlaşma olasılığı da artacaktır.

Toplumsal Cinsiyet, İlişkisel İnanç ve Davranışlar

Amaç, ister toplumsal cinsiyet rollerinin ilişkilerde nasıl yerine getirildiğini araştırma, ister cinslerin değişik ilişki boyutlarında farklılaşıp farklılaşmadıklarına bakma olsun, toplumsal cinsiyet yakın ilişkilerin çalışılmasında önemli bir etmen olmuştur. İzleyen alt bölüm ilişkilerde toplumsal cinsiyet benzerlikleri ve farklılıkları konusunda özet bir yorum sunarken, daha sonraki alt bölüm süregiden yakın ilişkilerde toplumsal cinsiyetin yapılmasını tartışmaktadır.

Karşıtcinsel ilişkiler üzerindeki araştırmalar, sık sık cinsiyetler arasında fark olmadığını, birkaç farkın olduğunu ya da küçük bir farkın olduğunu göstermekle birlikte, toplumsal bilimler araştırmaları *yayımlanmış çalışmaları* vurgulamak eğilimindedir. Canary ve Emmers-Sommer'in (1997) de işaret ettikleri gibi, "Farklılıklar bilgilendirici, ilginç ve anlamlı görünmektedir... Bu nedenle araştırmacılar bulguları yorumlar ve benzerlikleri açıklarken bunları sık sık vurgulamaktadırlar." (s. 12). Ancak aşırı konumların *-birçok* cinsiyet farkı ya da *hiç* cinsiyet farkı- her ikisi de ilişkilerde kadın ve erkeklerin gerçekte nasıl davrandıkları konusunda püf noktasının kaçırılmasına neden olabilir. Cinsiyet rolleriyle ilgili yazındaki karmaşıklık ve tutarsızlıklar nedeniyle ilişki araştırmacıları, enerjilerinin çoğunu ilişkilerdeki yalın cinsiyet farklılık ve benzerlikleri üzerinde odaklamayı seçmektedir.

İlişkisel İnançlar

Fitzpatrick ve Sollie (1999), ilişkiler hakkında insanların genel inançlarıyla toplumsal cinsiyet ilişkili inançlarının, yatırım modelinin (ör., Rusbult, 1983) ana bileşenleri olan, ilişkiye bağlanmayı ve yatırımı nasıl etkilediğiyle ilgilenmişlerdir. Özgül

olarak, erkek ve kadınlar farklı ve birbirleriyle bağdaşmayan ilişki gereksinimlerine sahip olarak (kadın ve erkeklerin farklı gezegenlerden geldikleri düşüncesi) *gerçekçi olmayan toplumsal cinsiyetlendirilmiş inançları* ve *ilişkiye özgü gerçekçi olmayan inançları* (ilişki partnerleri birbirlerinin kafasından geçenleri okuyabilmelidir düşüncesi) değerlendirmişlerdir. Yazarlar, 250'den fazla katılımcının yanıtlarını temel alarak, kadınlar ilişki partnerlerine daha fazla bağlanmakla birlikte, iki cinsiyet arasında gerçekçi olmayan toplumsal cinsiyet inançları ve gerçekçi olmayan ilişki inançları açısından bir farklılığın bulunmadığı sonucuna varmışlardır.

Ancak, Fitzpatrick ve Sollie (1999) bu inançların kadınlar ve erkekler için farklı işlev gördüğü sonucuna varmışlardır. Kadınlar için hem toplumsal cinsiyet hem de daha genel olarak ilişkiler hakkında gerçekçi olmayan inançlara sahip olma, onların ilişki partnerlerine daha az bağlı oldukları anlamına geliyor ve ayrıca tutumlarının diğer yönlerini de etkiliyordu -örneğin, ilişkilerinin ideallerinin altında olduğunu hissetmek gibi. Erkekler için ise, gerçekçi olmayan iki tür inanç da bağlanmayla ilişkisiz bulunmuştur. Kadınlar, ilişkilerine erkeklerden daha iyi uyum sağlamaktadır. Erkekler "daha romantik ve partnerlerini daha kabul edici" (s. 864) olabilirken; kadınlar küçük olumsuzlukların bile farkında olmaları da içinde olmak üzere, ilişkilerine erkeklerden daha duyarlıdır. Bütün bunlar göz önüne alındığında, bu bulgular beklentilere uymamaktadır.

Bir başka çalışma (Vogel, Tucker, Wester ve Heesacker, 1999), çiftlerin ilişkilerindeki özel yaşamları ya da özel yaşamla ilgili olmayan sıradan bir konu hakkındaki konuşmalarında toplumsal cinsiyet rollerini incelemişlerdir. Çalışmada, ayrıca bir de kontrol koşulu vardı. Yazarlara göre, geleneksel toplumsal cinsiyet rolleri, özgül durumsal bağlamların belirli davranışları özendirmesinden çok, davranışları biyolojinin ya da köklü kişilik özelliklerinin güdülemesi nedeniyle biçimlenir. Bu çalışmanın sonuçları, ister yakın ister sıradan, ister özel yaşamla ilgili ister değil, tartışma konusunun, kadın ve erkeklerin daha geleneksel toplumsal cinsiyet rollerini desteklemelerinde büyük fark yarattığını gösteriyordu. "Yakın/özel" konuşma koşulunda hem kadın hem de erkekler daha geleneksel toplumsal cinsiyet rollerini (birbirleri için değil, kendi cinsleri için) destekliyor ve ayrıca daha geleneksel toplumsal cinsiyet rolü davranışları sergiliyorlardı. "Özel/yakın" olmayan konuşma koşulunda böyle bir durum yoktu. Bu nedenle, yazarlar özgül *durumların* özgül toplumsal cinsiyet davranışlarını başlattığı sonucuna varmışlardır.

Bu çalışmanın sonuçları, işyerinde geleneksel olmayan biçimlerde işlev gören fakat akşam evlerine geleneksel toplumsal cinsiyet rollerine dönen kadın ve erkeklerin durumuna benzemektedir. Örneğin, işyerinde erkek destekleyici bir çalışma arkadaşı, kadın görev yönelimli bir yöneticidir fakat akşam eve geldiklerinde erkek araba tamir ederken kadın çocukların sorunlarını dinler.

İlişkisel Kültürler ve İklimler

Daha önce de belirtildiği, gibi kadın ve erkeğin ayrı gezegenlerden geldikleri ya da yalnızca aynı binanın farklı dairelerinden geldikleri düşünülebilir. Bunu anlatmanın bir başka yolu da kadın ve erkeklerin farklı *ilişkisel kültürlerden* geldiklerini söylemektir.

Vangelisti ve Daly (1997), kültür açısından kadın ve erkek arasındaki farklılığın, kadın ve erkeğin aynı kültür içindeki deneyim farklılığı kadar yüksek olmadığını ileri sürmektedirler. Bu yazarlar, kadın ve erkeklerin ilişkileri için standart ve değerleri (ör., özel yaşam, güvenilirlik ve duygusal bağlanma) üzerine bir çalışmalarında, kadınlar ve erkekler arasında ilişkide önemli buldukları standartlar açısından

bir farklılığın olmadığını, fakat bu standartların kendi ilişkilerinde ne kadar karşılandığına ilişkin düşüncelerinde farklılıkların olduğunu ortaya koymuşlardır. Kadınlar, erkeklerinkilerle karşılaştırıldığında, standartlarının daha az karşılandığını düşünmektedirler" (s. 203). Böylece, her iki cinsiyet de ilişkilerinde aynı şeyleri istemektedir, fakat erkekler, istediklerini *aldıklarına* kadınlardan daha fazla inanmaktadır.

Acitelli, Rogers ve Knee (1999) tarafından yapılan bir çalışma genelde, kadınların romantik ilişkileri konusunda olumlu düşünerek, erkeklerden daha fazla zaman harcadıklarını ortaya koymuştur. Fakat, ilişki hakkında olumlu düşünme ve ayrıca kendini bir çiftin parçası olarak görme ya da çift kimliğine sahip olmanın ilişki doyumu üzerindeki etkisi açısından kadınlarla erkekler benzer bulunmuşlardır. Böylece, kadınların ilişkilerini erkeklerden daha yakından izlemelerine karşın, erkekler ve kadınlar oldukça büyük benzerlikler gösteriyorlardı.

Tıpkı bir kişinin, ilişkisiyle ilgili olumlu düşünmesi ve kendisini ilişkinin bir parçası olarak görmesi doyuma katkı sağlayabildiği gibi, kişinin tutumu ya da odak noktası (kendisi üzerinde olmaya karşılık bir başkası üzerinde olma) da bir farklılık yaratabilir. Harter ve arkadaşları (Harter, Waters, Pettitt, Whitesell ve Kofkin, 1997), kendilerini ve ilişki partnerlerini (1) temel olarak kendisine odaklanıcı, (2) temel olarak diğerine odaklanıcı, (3) odak noktalarını dengeleyici (*karşılıklılık* olarak adlandırılmaktadır) olarak betimleyen kişileri karşılaştırmışlardır. Şaşırtıcı olmayan bir biçimde hem kendilerini hem de partnerlerini "karşılıklı" (dengeleyici) olarak betimleyen kişiler, ilişkilerinde kendilerini en dürüst/özgün ve ayağı yere basar hissediyorlardı. Karşıtcinsel ilişkilerle ilgili toplumsal cinsiyet kalıpyargılarına göre, baskın "kendine-odaklı" erkeklerin, boyun eğici, "diğeri-odaklı" kadınlarla eşleşmeleri beklenir. Gerçekten, erkeklerden (%14,4) daha fazla kadın (%18,9) "diğerleri-odaklı" olarak kimliklenirken, kadınlardan (%12,1) daha fazla erkek (%13,4) "kendine odaklı" olarak kimliklenmiştir. Ancak yine de bu farklılıklar özellikle "kendine-odaklı" grup için çok büyük değildir. Bu eşleşmelerin ilişkisel çıktıları cinsiyete bağlı olarak farklılaşmamaktadır. "Yalnızca, diğeri-odaklı partnerleri olan kendine-odaklı *erkekler*, yalnızca orta düzeyde geçerlilik ve gerçek benlik davranışı bildirmekle kalmamış, aynı örüntü diğeri-odaklı partnerleri olan kendine odaklı *kadınlar* için de elde edilmiştir." (s. 162,). Kişinin etkileşim biçemi ve odağı, cinsiyetinden daha büyük bir farklılık yaratmıştır.

Kendine-odaklı olmaya karşı, partner-odaklı olmaya ilişkin görüşler, toplumsal destekle ilişkisiz değildir, yani partner-odaklı kişilerin, kendine-odaklı olanlarla karşılaştırıldığında, partnerlerine karşı daha destekleyici olmaları beklenir. Önceki bir bölümde de belirtildiği gibi, bazı araştırmalar ve geleneksel akıl, kadınların erkeklerden daha fazla toplumsal destek sağladığına işaret etmektedir -ya da hiç değilse erkekler ve kadınlar farklı türlerden destek sağlarlar. Ancak yine de bu varsayımlardan bazıları üzerinde yeniden düşünülmektedir.

Örneğin, Goldsmith ve Dun (1997), kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin, sıkıntıda olan ve toplumsal desteğe gereksinim duyan bir kişiyle ilgili yedi senaryoya verdikleri tepkileri incelemişlerdir. Erkeklerin durumlara tepkileri kadınlarınkinden daha kısaydı ve kadınlar sorunun çözümü için duyguları ve davranışları hakkında daha fazla şey söylüyorlardı. Buna karşın, kadınlar ve erkekler arasında davranışa karşı duyguya ayrılan konuşma oranı ya da sorunları ya da sorunlara ilişkin kişinin duyguları açısından bir fark yoktu. Yazarlar, erkeklerin ve kadınların, toplumsal destekle ilgili olarak farklı kültürlerden geldiklerini düşünmenin yararlı olmadığı sonucuna varmışlardır. Ayrıca "özel bir kültürde *paylaşılan* inanç ve uygulamaların hem erkek hem de kadınlara nasıl durumsal olarak değişebilen tepki olasılıkları sağladığını incelemenin daha yararlı olacağına" işaret etmişlerdir (s. 335).

Voss, Markiewicz ve Doyle (1999) hem evlilik hem de aynı cinsle arkadaşlık ilişkilerinde, erkek ve kadınların ilişkisel nitelik ve özsaygı arasındaki ilişki açısından nasıl farklılaştıklarına bakmışlardır. Sonuçları, kadınlarla erkeklerin eşlerini arkadaş olarak görme bakımından benzer olduklarını göstermiştir. Benzer biçimde, evlilik uyumu yanında bu arkadaşlığın niteliği her iki cinste de kendine saygıyla ilişkiliydi. Kadınlar, erkeklerden daha fazla çatışma/anlaşmazlık arıyorlardı, fakat çatışma her iki cins için de benzer biçimde zararlıydı. Son olarak, kadınlar eşlerini ve arkadaşlarını anahtar boyutlarda benzer olarak değerlendirmeye eğilimliyken, erkekler birçok boyutta eş arkadaşlığını aynı cinsle arkadaşlıktan daha yüksek değerlendiriyor ve genellikle eşle arkadaş arasında ayırım yapıyorlardı. Bir kez daha, kadınlar ve erkekler yakın ilişkilerin bazı yönleri açısından tam olarak aynı olmasa da benzer bulunmuşlardır.

Kadınlar ve erkekler yakınlık, aşk ve çatışma alanlarında da benzerlikler göstermişlerdir. Prager'a (2000) göre, *yakınlık* üç bileşenden oluşmaktadır: açılma, olumlu duygu ve dinleme/anlama. *Açılma* konusunda, cinsiyet farklılıkları bazen bulunmuş, bazen bulunamamıştır. Farklılık bulunduğunda, kadınlar genellikle daha fazla açılmaktadır, ancak fark çok küçüktür (Dindia ve Allen, 1992). *Olumlu duygu* hem kadınlar hem erkekler tarafından değerli bulunmaktadır. "Örneğin hem kadınlar hem de erkekler duygusal açığa vurma, toplumsal destek, güven ve aynı cinsten ya da karşı cinsten yakın bir arkadaşla zaman geçirme gereksinimi duyarlar." (S. S. Hendrick, 2001, s. 636). İlişki Öyküsü'nde hem Della hem de Jerome olumlu duygulara değer veriyorlardı. Olumlu duygu, ilişkiler için olumsuz sonuçları olabilen olumsuz duygunun görece az olduğu anlamına gelir. Ancak, bazı çiftlerin hem olumlu hem de olumsuz duyguları yüksektir (Gottman, 1993b).

Önceki araştırmalar (ör., Gottman ve Levenson, 1988) erkeklerin, ilişkide yaşanan çatışmalar sırasında olumsuz bir biçimde fizyolojik olarak daha fazla uyarıldıklarına (ör., kalp atış hızında artma) ve bu nedenle çatışmadan kaçındıklarına işaret etmektedir. Ancak daha yakın bir geçmişte Kiecolt-Glaser ve arkadaşları (1996), evlilik ilişkisinde *kadınların erkeklerden daha fazla* olumsuz uyarılma yaşadıklarını, örneğin stres hormonlarının arttığını ortaya koymuşlardır. Başka araştırmalar bu bulgularla tutarlıdır ve hem kadınlarda hem de erkeklerde evli olmayla fiziksel sağlık arasında olumlu bir ilişkinin olduğunu, ayrıca bu etkinin erkekler için daha güçlü olduğunu doğrulamaktadır. Ayrıca evlilik çatışması, kadınlar için daha olumsuz sağlık sonuçlarıyla ilişkilendirilmektedir (konu üzerinde daha ayrıntılı bir tartışma için bk., Kiecolt-Glaser ve Newton [2001]).

Prager'a (2000) göre yakınlığın üçüncü bileşeni olan *dinleme/anlama* hem erkekler hem de kadınlar için önemlidir. Örneğin, Meeks ve arkadaşları (1998) kadınların ve erkeklerin kendi bildirimlerine dayalı "bir başkasının bakış açısından bakabilme yeteneği" bakımından benzer olduklarını ortaya koymuşlardır. Ayrıca, algılanan empati ile kişinin kendisi ve partneri için bir başkasının bakış açısından bakabilme yeteneği kadın ve erkeklerde ilişkiden alınan doyumu benzer biçimde yordamıştır.

Ayrıca aşk alanında da kadınlar ve erkekler, her zaman olmamakla birlikte, birçok benzerliği paylaşmaktadır. Kadınlar ve erkekler, geleneksel olarak erkeklerin oyunsu aşkı, kadınlarınsa arkadaşça ve mantıksal aşkı daha fazla desteklemeleri gibi, birçok aşk biçemi açısından farklılaşmaktadırlar (C. Hendrick ve S. S. Hendrick, 1986). Fakat daha yakın bir geçmişte, *Agape* (bk., 4. Bölüm) olarak bilineni dışındaki aşk biçemlerinde daha az farklılık gözlenmiştir. Kadınlarla karşılaştırıldığında, erkekler kendi aşk biçemlerinin daha özgeci olduğunu belirtmektedir (S. S. Hendrick

ve C. Hendrick, 2002). Ayrıca, kadınlar ve erkekler aşk tutumları ve cinsel tutumlar gibi, belirli ilişki yapılarının birbirleriyle nasıl ilişkilendikleri konusunda da oldukça benzerdirler. Bir çalışmada, S. S. Hendrick ve C. Hendrick (1995), aşk ve cinsellik arasındaki ilişkinin erkek ve kadınlar için çok benzer olduğunu, oyunsu aşkın izin verici cinsellikle ve tutkulu aşkın da ideal cinsellikle ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Böylece, bir kez daha kadınlar ve erkekler arasında başat bir benzerlikler örüntüsü ortaya çıkmaktadır.

Buraya kadar tartışılan olumlu alanlarda kadınlar ve erkekler çok benzer görünmektedirler, peki ya güç ve kontrol gibi sorunlu alanlarda durum nedir? Bu, izleyen alt bölümün konusudur.

Güç ve Denetim

Erkeklerin, toplum genelinde, kadınların ise ev yaşamıyla ilgili kararlarda daha fazla güç sahibi oldukları geleneksel artalana karşı, yakın ilişkilerde güç ve denetim vardır. Falbo ve Peplau (1980) şimdi klasik olan bazı çalışmalarında, eşcinsel ve karşıtcinsel çiftlerde kadın ve erkeklerin kullandıkları güç stratejilerini incelemişlerdir. Eşcinsel erkek ve kadınlar arasında bir fark olmamakla birlikte, karşıtcinsel erkek ve kadınların farklı stratejiler kullandıkları görülmüştür. Karşıtcinsel kadınlar daha dolaylı, pazarlıktan uzak stratejiler kullanırken karşıtcinsel erkekler daha doğrudan ve pazarlıklı stratejiler kullandıklarını belirtiyorlardı.

Howard, Blumstein ve Schwartz (1986) da güç stratejilerini araştırmış ve hem kadınların hem de erkeklerin bir erkekle etkileşimlerinde daha zayıf güç stratejileri (ör., idare etme, rica etme) kullandıklarını göstermişlerdir. "Erkekler hem erkek hem de kadın partnerlerin daha fazla idareci ve ricacı olmalarına neden olmaktadırlar" (s. 107). Güçle ilgili bu çalışmaların çoğu, erkeklerin kadınlardan daha fazla güce sahip olduklarını ve daha güçlü taktikler kullandıklarını varsaymaktadır, fakat bunlar duruma bağlı olabilir. Sagrestano (1992) aynı deneysel duruma birlikte alındıklarında, erkek ve kadınlar arasında güç stratejilerini kullanma açısından bir farklılığın olmadığını ortaya koymuştur. Steil ve Weltman (1992) da benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Ayrıca Tannen de (1994) gücün, belirli bir etkileşimde iletişimin doğrudanlığı ya da dolaylılığı gibi şeyler temelinde belirlenemeyeceğine işaret etmiştir. "Herhangi bir konuşmanın yorumlanması ve ona verilebilecek olası tepki, ortama, bireylerin konumlarına ve birbirleriyle olan ilişkilerine, ek olarak da kültürel bağlamda alışılmış dilbilimsel geleneklere bağlıdır." (s. 34).

Güce bakmanın, toplumsal cinsiyetle ilgili bir bağlam dışında başka yolları da vardır. Örneğin, *en az ilgi ilkesine* göre, "kendisini diğerine daha az bağımlı hisseden kişi daha fazla güce sahiptir" (Canary ve Emmers-Sommer, 1997, s. 75). Solomon ve Samp'in (1998) *donma etkisi* ya da bir partnerin sahip olduğu daha büyük gücün diğer partnerin zor konularla yüzleşmeye ya da uğraşmaya istekliliği üzerindeki etkisiyle ilgili bulguları da bu bakış açısıyla tutarlıdır. Bu yazarlar, katılımcılara partnerleriyle birlikte gizilgüç olarak karşılaşabilecekleri sorunlarla ilgili varsayımsal senaryolar okuttular. Kadınlarla karşılaştırıldığında, erkekler partnerlerinin çatışmalarda fiziksel ya da simgesel saldırganlıkla tepki vermeye daha eğilimli olduğunu söylemişlerdir. Erkeklerle karşılaştırıldığında, kadınlar sorunları konusunda partnerleriyle yüzleşme

eğiliminde olmadıklarını belirtmişlerdir. Ancak hem erkekler hem de kadınlar için, partnerin ilişkide daha fazla güce sahip olduğunu algılama, bireyin sorunları daha az ciddi olarak değerlendirmesine ve ayrıca yakınma ve çatışmalardan kaçınmasına neden oluyordu. İlişkide, partnerin daha fazla güce sahip olarak algılanması, gerçekten her iki cinsiyet için de bir donma etkisi yaratıyor gibi görünmektedir.

Son olarak güç ve açılma, çıkan ve evli çiftlerde de araştırılmıştır. Murstein ve Adler (1995), kadınlarla erkekler arasında kendilerini ne kadar güçlü algıladıkları bakımından bir farklılık bulamamışlardır. Kendilerini güçlü olarak algılayan kadın ve erkek çıkma partnerleri, kendi başarıları konusunda, açılmaya daha eğilimliydi. Yazarlar şu sonucu çıkarmışlardır: "Kısıtlı örneklemimizin sınırlılıkları çerçevesinde, tanımladığımız biçimiyle güç toplumsal cinsiyetten bağımsız görünmektedir." (s. 207).

Güç ve toplumsal cinsiyet ile ilgili yazın karışıktır; bazı çalışmalar, genellikle erkeklerin daha fazla güç sahibi oldukları yönünde bazı farklılıklar bulurken, diğer çalışmalar farklılık bulmamaktadır. Ancak yine de aile ve ev işleriyle ilgili araştırmalar üzerinde yapılan bir inceleme, çiftler arasında çoğunlukla eşitlikten söz edilmekle birlikte, erkek ve kadınların yaptıklarında bazı eşitsizlikleri de ortaya çıkarmaktadır (Knudson-Martin ve Mahoney, 1998). Böyle olmasının nedeni ne olabilir? Yetkilendirme, bu soruya bir yanıt olarak önerilmiştir.

Yetkili Olma

Steil, McGann ve Kahn (2001) **"yetkili olma"**yı, bir kişinin neye hakkının olduğu ve hem bir birey hem de toplumsal bir grubun üyesi olarak başkalarından ne bekleyebileceği konusunda hissettiklerine ilişkin "bir tutumlar takımı" olarak tanımlamışlardır (s. 404). Öyle görülüyor ki iş ortamında, erkekler genel olarak kadınlardan daha fazla güce sahiptir ve daha fazla ödüllendirilmektedir [Kadınlar, erkeklerin kazandıkları her 1 dolara karşılık yalnızca 76 cent kazanmaktadırlar (Steil ve ark., 2001)]. Ancak yine de kadınlar, zararlarına görünen böyle bir eşitsizlik nedeniyle rahatsız olur görünmektedir ve aynı örüntü evde de vardır.

İş ya da meslekleri ne olursa olsun, iki ana babalı karşıtcinsel ailelerdeki kadınlar, genel olarak hem ev işlerinin hem de çocuk bakımının büyük bölümünü yapmaktadır (Coltrane, 2000). Birçok çalışma, kadınların bu sorumlulukları nedeniyle kendilerini dezavantajlı hissettiklerini belirtmediklerini göstermektedir. Gerçekte, toplumsal cinsiyet rolleri nedeniyle, kadınlar sık sık evle ilgili sorumlulukların çok büyük bir çoğunluğunu üstlenmekte ve bu yolla "toplumsal cinsiyet yapmaktan" biraz doyum bile almaktadırlar. İlişki Öyküsü temelinde öyle görülüyor ki Della, dezavantajlı bir konumda olmaya istekli biri değildir ya da hiç değilse, böyle olmamak için çalışmaktadır.

Kadınların ve erkeklerin iş ve ev sorumluluklarının paylaşımı konusunda hâllerinden görece memnun olmaları durumuna getirilen açıklamalardan biri, erkeklerin yetkili oldukları duygusuna kadınlardan daha fazla sahip olmalarıdır (Steil ve ark., 2001). Bazı araştırmalar, üniversite öğrencisi kadın ve erkeklerin yetkili olma duygusu açısından farklılaşmadıklarını ortaya koymuş olmasına karşın (Bartsch, 2001); klinik gözlemler erkeklerin özellikle aile ortamlarında yetkili oldukları ya da haklarının olduğu varsayımıyla daha sık davrandıklarını göstermektedir. Yetkili

olma duygusu sorununa bir çözüm erkeklerin yetkililik düzeylerini *düşürmeleridir*, fakat daha mantıklı bir çözüm kadınların yetkililik düzeylerini *arttırmaları* olabilir. "Kadınlar, erkeklere görece, kazançlarını arttırmak için kimliklerini bakım veren olmaktan, birlikte bakım veren ya da birlikte geçim sağlayan olmaya uyarlamalıdır... ve hak ediyor olmadan çok, yetkili olma temelinde pazarlık etmelidirler (Steil, 2000, s. 409).

Eğer kadınlar, özellikle de aile işlerinde yetkili olma düzeylerini arttırabilseler-di, her iki toplumsal cinsiyet için de, çift ve aile yaşamının nasıl değişeceğini görmek ilginç olurdu. Aile işleri ve toplumsal cinsiyet ile ilgili bu konular izleyen alt bölümde tartışılacaktır.

Toplumsal Cinsiyet ve Aile İşleri

Çağdaş, romantik ilişkilerde hiçbir toplumsal cinsiyet tartışması aile işleri alanını görmezden gelemez. Bu konuyla en ilişkili araştırmaların büyük çoğunluğu karşıtcinsel çiftlerle/ailelerle yürütülmüştür; bugünün toplumunu daha tam olarak yansıtan bilgiler erkek ve kadın eşcinsel çiftler ve aileler daha görülebilir hâle geldikçe ortaya çıkacaktır.

Kadının çocuklarla evde kaldığı, babanın ailede tek geçim sağlayıcı olarak ev dışında tam gün çalıştığı sözde geleneksel çekirdek aileler de içinde olmak üzere, toplumsal cinsiyet ve işle ilgili konular her türlü ailede vardır. Ancak yine de günümüzün toplumsal bilim araştırmaları hem kadın hem de erkeğin dışarıda çalıştığı aileler üzerinde odaklanmaktadır. Gerçekten, 1997 yılında 6-17 yaş arası çocuk sahibi kadınların %78'inin ev dışında çalıştıkları belirtilmektedir (Perry-Jenkins, Repetti ve Crouter, 2000).

1980'li yılların sonları ve 1990'lı yılların başlarında, ev işleriyle ilgili tartışmalar, iki partnerin de meslek sahibi olduğu çiftlerde, meslek ve ilişki sorunları (S. S. Hendrick ve C. Hendrick, 1992), ev dışında çalışan kadınların çalışmayanlarla karşılaştırılması ve çalışan çiftlerin rol gerginliklerinin incelenmesi (ör., Bolger, DeLongis, Kessler ve Wethington, 1989) gibi konular üzerinde odaklanmıştır. Toplumsal cinsiyet ve işle ilgili tartışmalar güç ve eşitlik yaklaşımları çerçevesinde yapılmıştır (bir tartışma için bk., Canary ve Emmers-Sommer, 1997). Ancak daha yakın bir geçmişte, 1990'lı yıllardan iş ve aile araştırmaları üzerinde bir gözden geçirme çalışmasında, Perry-Jenkins ve arkadaşları (2000) daha önceki yazın ile günümüzdeki uygulamalar ve aile işiyle ilgili araştırmaların gelecekteki yönü arasında bağlantılar sağlayan dört konu belirlemişlerdir.

İlk konu, *annenin çalışmasının* çocuk üzerindeki etkileriyle ilgilidir. Boşanma üzerine araştırmalarda olduğu gibi, bu konu da oldukça büyük bir tartışmayla sonuçlanmıştır. Annenin çalışmasının çocuk bakımı üzerindeki hem olumlu hem de olumsuz etkilerine dikkat çeken önceki bulguların yeniden çözümlenmesi sonucunda "ne annenin erken yaşta çalışması, ne babanın çalışma konumu ve ne de annenin çalışmasının zamanlaması ve sürekliliği, tutarlı olarak çocuk çıktılarıyla ilişkiliydi" (s. 983). Tartışılacağı gibi bu sonuç, çocukların ana babanın çalışmasının belirli yönlerinden etkilenmediği anlamına gelmez, fakat "çalışan anneler"in "acı çeken çocuklar"la eş anlamlı olmadığı anlamına gelir.

Çocuklar, çocuk bakımının niteliği açısından, işsiz ana babalardan olduğu kadar *fazla çalışan* ana babalardan da etkilenirler (Perry-Jenkins ve ark., 2000). Yüksek nitelikli çocuk bakımı ve ilgili ana babalık, çocukların sağlıklı gelişimi için bir öncüldür. Sırasında düşük nitelikli çocuk bakımı, ilgili ve kararlı ana babalık eksikliği ve ergenler için okuldan sonra yeterince rehberlik ve denetim eksikliği, okulda ve diğer alanlarda sorunlara yol açabilir. Perry-Jenkins ve arkadaşları gelecekteki araştırmaların, çocukların anne ve babalarının işleriyle ilgili kendi algılarını da içeren, daha geniş bir "çocukluk çıktıları uzamını içerir" (s. 984).

Perry-Jenkins ve arkadaşlarının (2000) gözden geçirme çalışmasından çıkarılan ikinci konu olan *işyeri niteliği*, işyerinde toplumsallaşma düşüncesini içermektedir. Temel olarak, eğer işyeri ortamı zenginleştiriciyse, yani ana babalara özerk olma, sorun çözme, uyumlu iş arkadaşlarıyla birlikte çalışma gibi olanaklar sunuyorsa, o zaman yetişkinler kendilerini daha iyi hissedecekler ve daha iyi ana babalık yapacaklardır. Açık olan, iş ve aile rolleri arasındaki bağların yalın olmadığıdır.

Üçüncü konu, olağanüstü önemlidir ve iş stresi ve aileleri nasıl etkilediğiyle ilgilidir (Perry-Jenkins, 2000). İş *stresi*, fiziksel çevre gibi işyeriyle ilgili nesnel etmenleri içerir ve kişisel stres bu etmenlere öznel tepkileri içerir. Stres kısa ya da uzun süreli olabilir. Evlilik niteliği gibi, bireysel ve kişilerarası özellikler araya girdiği için birçok çalışma, iş stresiyle aile çıktıları arasında doğrudan bağlantılar ortaya çıkarmamıştır. Örneğin Hammer, Allen ve Grigsby (1997) evli çiftlerde *taşınan etkileri* ya da her partnerin iş/aile çatışmalarının diğer partneri nasıl etkilediğini araştırmışlardır. Hem kocalar hem de eşleri için küçümsenemeyecek ölçüde taşınan etki söz konusuydu, aşırı çalışma çatışmaları arttırıyor, esnek çalışma saatleri ise çatışmaları azaltıyordu. Garrido ve Acitelli (1999) de ayrıca, ev dışında çalışılarak geçirilen saat sayısı arttıkça, kadının ilişkiden aldığı doyumun azaldığını ortaya koydular. Çalışılan saat sayısıyla doyum arasındaki ilişki ilişkisel özdeşleşmeleri daha yüksek, yani -"sen" ve "ben" yerine "biz" açısından düşünme eğiliminde olan- kadınlar için daha güçlüydü.

Bilim insanları bazen kadın ve erkeklerin ev ve iş deneyimleri arasındaki farklılıkları vurgularlar, gerçekteyse bazı benzerlikler de bulunmaktadır. Milkie ve Peltola (1999) "kadınların ve erkeklerin benzer başarı düzeyleri ve iş-aile dengesi belirttiklerini görmüşlerdir (s. 476). Her iki cinsiyet için de farklı etmenlerin bir dengesizlik duygusuna katkıda bulunduğu ortaya çıkmıştır -daha uzun saatler çalışma ve evlilikte daha az mutluluk erkeklerde dengeyi bozarken, evlilikte daha az mutlu olma ve evde özverilerde bulunma kadınlarda dengeyi bozmaktadır. Ancak yine de kadınlar ve erkekler eşit düzeylerde gerginlikle başa çıkıyor görünmektedirler.

Daha başka çiftler iş/aile stresiyle Becker ve Moen'in (1990) "geri çekilme" adını verdikleri şeyi yaparak başa çıkmaktadır. Her iki eşin de çalıştığı orta sınıf çiftler, aileye özel ilgi gösterirken, iş ve aileyi dengelemede üç temel strateji kullanıyorlardı: (1) hem saatleri hem de terfi beklentilerini sınırlandırarak sınır koyma; (2) kimin gerçek bir mesleğe (daha büyük bir bağlanma gerektirir) kimin bir işe (daha büyük bir esnekliğe izin verir) sahip olduğunu belirlemek; (3) çiftlerde bir üyenin bir dönem, diğer üyenin bir sonraki dönem bir meslekte sırayla çalışarak sağladıkları dengeleme. Bu çözümlerin toplumsal cinsiyetle ilişkili oldukları gösterilmiştir, kadınlar mesleklerinden erkeklerden daha fazla özveride bulunmaktadır. Ancak

"sınır koyanlar"ın üçte biri ve "iş" sahibi olanların (diğeri meslek sahibi iken) üçte biri erkeklerdi. Yavaş da olsa, toplumsal cinsiyet damgalı rol davranışlarından bazıları değişmektedir.

Perry-Jenkins'in (2000) dördüncü konusu çoklu rollerle ilgilidir ve bir dizi role sahip olma fikri daha iyi ruh sağlığıyla ilişkilidir. Önemli olan, yalnızca bir kişinin kaç rolünün olduğu değil, aynı zamanda o rolleri nasıl yaşadığı, yüklendiği rollerle ilgili seçimleri, rollerin eşit mi, yoksa hiyerarşik mi olduğu ve benzerleridir. İki insan aşağı yukarı aynı sayıda role sahip olabilir, ancak yine de rolleri oldukça farklı yaşayabilir.

Toplumsal Cinsiyet ve Ev İşleri

İş/aile dengesi tartışılırken kilit konulardan biri ev işleri ve çocuk bakımının toplumsal cinsiyete bulaşmış doğasıdır. Kadınların geleneksel olarak evde daha büyük bir sorumluluk yüklendikleri geniş ölçüde belgelendirilmiştir. Ancak daha yakın bir geçmişte, hiç değilse, iki ana babalı aileler için resim daha karmaşık hâle gelmiştir.

Wilkie, Ferree ve Ratcliff (1998) iki eşin de gelir getirdiği 382 çiftten oluşan bir örneklemde *ev işlerine* ayrılan zamanda erkeklerin payı ortalama %38'ken kadınlarınınkinin %62 olduğunu göstermişlerdir. Ücretli işte geçirilen zamanda ise erkeklerin payı ortalama %56, kadınlarınki ise %44'tü. Bu aynı çalışmada, kocalar ev işlerinin hakkaniyete uygun olarak paylaşıldığını hissetmeye daha eğilimliyken, kadınlar ücretli işlerin hakkaniyete uygun olarak paylaşıldığını düşünmeye daha eğilimliydi. Yetkilendirilmiş hissetmek her iki cins için de önemli ve yardımcıdır fakat kocaların tercihleri eşlerininkinden daha ağır basıyordu. İlginç bir biçimde, her iki cinsiyet de alışılmamış alanlarda (ör., kadınlar için ücretli iş erkekler için ev işi) fazla çalıştıklarında, iş dengesinin aleyhlerine olduğunu hissetme eğilimindeydi. Daha önce belirtildiği gibi, aile yaşamına daha fazla zaman ayırabilmek için çalışma saatlerini düşüren çiftler arasında, erkek durumların üçte birinde mesleğinden özveride bulunmaktaydı (Becker ve Moen, 1999). Geleneksel cinsiyet rolü tutumlarının hâlâ canlı olmasına karşın, iş/aile sorumlulukları dengesi artıyor görünmektedir. İlişki Öyküsü'nde Jerome'un ana babasının ev işleriyle paralı işleri nasıl paylaştıklarını anımsadığını okumuştuk.

Bazı çalışmalarda (ör., Hammer ve ark., 1997) erkekler, gerçekten aileye ve bazen de ücretli işe kadınlardan daha fazla bağlı olduklarını belirtmişlerdir. Ancak yine de kadınlar aile ve iş sorumluluklarını dengelemede daha fazla stres belirtmişlerdir. Bu bulguların nedenleri arasında, kadınların rollerini yönetme konusunda daha fazla kaygı duymaları, erkeklerin daha fazla bağlılıktan söz etmelerine karşın, kadınların evde daha fazla çalışmaları sayılabilir.

Risman ve Johnson-Sommerford (1998) ev işleriyle ücretli işleri yönetmede, eşitlikçi tutumları nedeniyle, toplumsal cinsiyet sonrası olarak adlandırdıkları 15 çiftle görüştüler. Çiftler, geleneksel olmayan bu ilişkilere dört yoldan girer görünmektedir: (1) iki partnerin de mesleksel gelişimi ve çocuk bakımı ile ilgilendikleri çift *mesleklilik*; (2) her iki partner için de aile ve işin meslekten önce geldiği *iki bakıcılık*; partnerlerin geleneksel cinsiyet rollerini deneyip sevmedikleri *geleneksel ötesilik* ve

Ayraç Kutusu

Toplumsal Cinsiyet Rollerine Bir Bakış

Yetiştiğiniz aileyi düşünün. Aile işleri nasıl yürütülüyordu? Yemekleri hazırlama, çamaşır yıkama, çocuk bakımı, elektrik süpürgesi ile temizlik yapma ve çimleri biçmekten, çocukları doktora götürmeye kadar düzenli olarak yapılan 10-15 ev işini listeleyiniz. Sonra her bir işin yanına genelde o işi yapan kişiyi yazınız. Eğer bir işi birden fazla kişi yapıyorsa hepsinin isimlerini yazınız. Daha sonra farklı renkte bir kalem alarak, şu anki ya da gelecekteki evinizde, her işin yanına onu aslında kimin yapması gerektiğine inanıyorsanız onun ismini yazınız.

Buradaki amaç, yetiştiğiniz ailede aile işlerinin nasıl yürütüldüğünü ve şu anki ve gelecekteki ailenizde böyle işlerin nasıl yapılmasını istediğinizi görmektir. İşlerin siz büyürken olduğu gibi mi yürümesini istersiniz? Yoksa farklı yapılmalarını mı istersiniz? Neden? Ev/aile işleri açısından nasıl toplumsal cinsiyet yapıyorsunuz? "Toplumsal cinsiyeti nasıl ortadan kaldırıyorsunuz?"

(4) kocanın işini kaybettiği ve böylece kadının evi geçindiren kişi hâline geldiği ya da kadının hastalanması sonucu erkeğin ev işlerini üstlendiği durumları içeren *dışsal etmenler*. Hemen her çiftte, her iki partnerin de ayrı görüşmelerde eşlerinin en iyi arkadaşları, yeri doldurulamaz ve paha biçilmez olduğunu söylemeleri dışında, bu çiftlerin ilişkileri açısından hiçbir zaman tek bir örüntü ortaya çıkmıyordu. Bu çiftlerin ilişkileri değer verilen, yakın bir ilişki çerçevesi içine oturmuş görünmektedir.

Geleneksel olmayan ana babalar daha az geleneksel toplumsal cinsiyet rolü tutumları olan çocuklara sahip olma eğiliminde oldukları için, geleneksel olmayan ilişkilerin biraz yaygınlaşması beklenebilir (Booth ve Amato, 1994). İşin kendi ailenizde nasıl ele alındığını görmek için yukarıdaki Ayraç Kutusu'nu okuyunuz.

Toplumsal Cinsiyet ve Gelir

Toplumsal cinsiyetle ilgili son konu da evli kadınların ücretli işlerinden elde ettikleri gelirin doyum gibi ilişkisel değişkenleri nasıl etkilediğiyle ilişkilidir. Geleneksel olarak, bir kadının gelirinin erkeğin benlik duygusunu tehdit edebileceği varsayılmıştır. Bu doğru mudur?

Rogers ve DeBoer (2001), kadınların gelirlerindeki artışın -hem mutlak anlamda hem de aile gelirinde kadının ürettiği payın oranındaki artışın- kadınlar için daha büyük evlilik mutluluğuyla ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca, kadınların gelirlerinin artması, erkeklerin mutluluklarını azaltmıyor, fakat kadın-

ların aile bütçesinin daha büyük bir oranını kazanmaya başlaması, erkeklerin iyilik hâllerini düşürüyordu. Belki evin geçimini sağlayan kişi rollerine karşı algılanmış bir tehdit bu erkekleri olumsuz etkilemektedir.

Brennan, Barnett ve Gareis (2001) de bunlarla tutarlı bulgular elde etmişlerdir. Bu yazarlar, partnerlerin evlilik rolü niteliklerini ve kadınların ücretli işlerden kazançlarını inceleyerek, kadınların artan kazançlarının evliliklerinin niteliğini etkilemediğini göstermişlerdir. Ancak erkekler için kendilerininkine görece, eşlerinin aylıkları artarken ve aylık erkek için özellikle önemli ve ödüllendirici olduğunda, evliliğin niteliği olumsuz etkileniyordu. Bu, geçim sağlayıcılık rolünün birçok erkek için çok önemli olduğu fikriyle tutarlıdır.

İlginç biçimde, Brennan ve arkadaşları (2001) tarafından sözü edilmeyen fakat ilişkili görünen bir bulgu daha vardır: "Kocalarıyla karşılaştırıldığında, kadınlar gelirleri nedeniyle öznel olarak daha fazla ödüllendirildiklerini hissettiklerini belirtiyorlardı." (s. 175). 300 kişilik bir örneklemde kadınların %31,5'i eşleri kadar ya da daha fazla kazanıyorlardı. Bu nedenle, iki eşin de çalıştığı ailelerde geçim sağlama rolü, her iki eş için de önemli olabilir.

Toplumsal Cinsiyet, İş ve Gelecek

Toplumumuzun kadınları, erkekleri ve ev işlerini nasıl gördüğünden kesin olarak emin olamamakla birlikte, birkaç on yıl önceki durumla karşılaştırıldığında, aynı yerde olmadığımızdan emin olabiliriz. Barnett ve Hyde (2001) toplumsal cinsiyet ve işle ilgili eski kuramların günümüz toplumuna, özellikle de sanayileşmiş Batı toplumlarına uymadığına ilişkin güçlü bir tartışma ortaya koymuşlardır. Bu yazarlar, şu anki davranışları betimlemeye yetmediğini söyledikleri üç kuram üzerinde durmaktadırlar: (1) erkeklerin geçim sağlaması, kadınların çocuk yetiştirmesi gerektiğini ileri süren sosyolojik kuram; (2) kadınların ve erkeklerin özde birbirlerinden farklı olduklarını ve kadınların ancak bir erkek partner bulduklarında tam bir yetişkin kimliği kazandıklarını ileri süren psikoanalitik kuram; (3) başarılı bir üreme için, erkeklerin kaynakları elde ederken saldırgan ve yarışmacı, kadınlarınsa çocuklara bakmak ve eğitim vermek zorunda olduklarını ileri süren sosyobiyolojik/evrimsel kuram. Bu kuramların her biri, kadınların ve erkeklerin işlevsel olarak birbirlerinden çok farklı olduklarına ve sözde doğal düzenin, rollerin ve görevlerin belirgin bir biçimde geleneksel cinsiyet rolü damgalı "ayrı gezegenlere" ayrılmasını gerektirdiğine işaret etmektedir. Kuşkusuz, kadının evde oturup, erkeğin dışarıya çalışmaya gitmesi düşüncesi, genellikle yalnızca bir orta sınıf düşüncesi olmuştur, çünkü yoksul ve işçi sınıfından kadınlar hemen her zaman ev dışında çalışmak zorundaydılar.

Barnett ve Hyde (2001) araştırmaların "ayrı gezegenler"in olumlu etkilerini desteklemediğine işaret etmektedirler. Tersine, pek çok çalışma çoklu rolleri olan kadınların ve erkeklerin daha az rolü olan denklerinden daha düşük düzeylerde stres ilişkili ruhsal ve fiziksel sağlık sorunları ve daha yüksek düzeylerde öznel iyilik hâli belirttiklerini göstermektedir (s. 784). Böylece bu yazarlar, araştırmalarda tartışılmış ve tartışılmaya devam edecek olan dört temel önerme sunmaktadır.

İlk önermeye göre, çoklu rollere sahip olma hem erkek hem de kadınların yararınadır. İkinci önermeye göre, çoklu rol oynamanın yararlı olduğu düşünülür, çünkü bazı rollerdeki olumlu çıktılar diğer bazı rollerdeki olumsuz çıktıları ödünleyebilir; örneğin, işyerinde terfi alma kişinin geniş ailesinde yaşanan bir sağlık sorunun yarattığı stresi dengeleyebilir. Üçüncü önerme, çoklu rollere sahip olmanın evrensel olmadığını fakat görüldüğünü söyler; diğer bir deyişle, çok fazla role sahip olmanın çok az role sahip olmak kadar sorunlu olduğuna işaret eder ve rollerin yalnızca sayısı o rollerin yaşanan niteliğinden daha az önemlidir. Son olarak dördüncü önermeye göre, psikolojik toplumsal cinsiyet farklılıkları, genel olarak büyük ya da değişmez değildir; kadınlar ve erkekler doğaları tarafından çok fazla role zorlanmaktadır. Barnett ve Hyde (2001) bakış açılarını, açık, esnek ve genişlemeci olarak görmekte, fakat ayrıca zaman ve kültürle sınırlı bir bakış açısı olduğuna ilişkin yerinde bir uyarıda da bulunmaktadırlar.

Her yaklaşımın, geliştirildiği zaman ve kültürden etkilendiğini unutmamak önemlidir. Binlerce yıl önce, insan atalarımız erkeklerin avlanma ve et sağlamasından, kadınların da toplama, fındık ve tahılları korumadan sorumlu olmalarının doğal düzeni oluşturduğunu varsaymış olabilirler. Gerçekten de erkekler avlanmasalar ve kadınlar da yiyecekleri toplayıp korumasalardı, büyük bir olasılıkla insanlar açlıktan ölürlerdi. Bu nedenle, günümüz toplumunda toplumsal cinsiyet ve işle ilgili sorunlar karmaşıktır, değişkendir ve ciddi bir biçimde araştırılmaya değerdir.

Özet ve Sonuçlar

Toplumsal cinsiyet, biyolojik bir cinsiyete (kadın ya da erkek) atanma temelinde, belirli bir cinsiyet kategorisine eşlik eden tutum ve davranışlar olarak düşünülebilir. Toplumsal cinsiyet, olduğumuz ya da yaptığımız bir şey olarak düşünülebilir. Evrimsel psikoloji yaklaşımı, şimdiki davranışın biyolojik temellerini vurgulamaktadır ve toplumsal cinsiyeti, olduğumuz bir şey olarak görmek eğilimindedir. Toplumsal yapısal yaklaşım ise davranış üzerindeki toplumsal ve kültürel etkileri vurgulamaktadır ve toplumsal cinsiyeti yaptığımız bir şey olarak görme eğilimindedir.

Toplumsal cinsiyet araştırmalarının birçok yönü tartışmalıdır. Cinsiyetçilik korumacı olabilir ve kadınlara yönelik olumlu tutumları içerebilir, fakat kadınlar için olumsuz konumu destekler ya da cinsiyetçilik düşmanca olabilir ve öncelikle kadınlara yönelik olumsuz tutumları içerir. Cinsel esneklik ya da etkilenebilirlik sorunu -kadınların cinsel/erotik olarak erkeklerden daha esnek olup olmadıkları- dikkate değer derecede ilgi çekmiştir. Bazı araştırmacılar cinsel esnekliğin biyolojik bir temelinin bulunduğuna inanırken, diğerleri bu temelin daha çok toplumsal kültürel olduğuna inanmaktadır. Kadınlarda cinselliğin kontrolüyle ilgili konu kesinlikle tartışmalıdır.

Yakın ilişkilerde, kadınlar ve erkekler toplumsal cinsiyet açısından hem benzerlikler hem de farklılıklar göstermektedir. Örneğin, cinsiyetler gerçekçi olmayan cinsiyet rolü inançları ya da gerçekçi olmayan ilişki inançları; ilişki partneriyle özel yaşamla ilgili bir konu hakkında konuşurken daha fazla toplumsal cinsiyet kalıpyargılı davranış sergileme eğilimi; ilişkide önemli sayılan standartları değerlendirme; bir çift kimliğine sahip olma; ilişkilerde ben odaklı olmaya karşı diğerleri odaklı

olma; bir toplumsal destek durumunda duyguya karşı eylemde bulunma ya da evlilik ilişkisinde eşi bir arkadaş olarak görme açısından toplumsal cinsiyetler arasında fark yoktur. Erkekler ve kadınlar ayrıca olumlu duygulara gereksinim duyma; olumsuz duygular nedeniyle sorun yaşama (olumsuz duygular kadınlar için daha güçlü görünmekle birlikte); partnerin bakış açısından bakabilme yeteneği; güç stratejilerini kullanma; partnerin gücü nedeniyle bir donma etkisi yaşama ve kendilerini güçlü olarak algılama bakımlarından da benzerlikler göstermektedirler. Genellikle, kadınlar ve erkekler benzer aşk biçemleri ve cinsel tutumlar da sergilemektedirler. Ancak daha büyük bir yetkili olma duyusuna sahip olup olmadıkları ya da cinsiyetlerin bu alanda farklılaşıp farklılaşmadıkları hakkında açık sonuçlar vermemektedir. Erkeklerin yetkili olma duygularının azaltılmasından çok, kadınlarınkinin yükseltilmesi gereğine işaret edilmektedir.

Geleneksel olarak, kadınlar erkeklerden daha fazla ev işleri ve çocuk bakımı işleri üstlenmişlerdir, fakat bu davranışlar değişmektedir. Çocuklar, ana babalarının iş yaşamlarının belirli yönlerinden etkilenmektedir, fakat annenin çalışmasının tek başına olumsuz bir etkisi yoktur. İşyerlerinin niteliği daha iyi olan anan babalar, daha iyi ana babalık yapabilirler. Paralı iş ve ev işi, evli çiftlerde strese neden olabilir ve her eşin stresi hem kendisini hem de eşini etkilemektedir. Erkek ve kadınların işte ve evde oldukça benzer gereksinimleri vardır, farklılıkları da vardır. Kadınlar, geri çekilme gibi, mesleklerinden daha fazla özveride bulunmak eğilimindedir. Erkekler ve kadınlar, önceki dönemlerle karşılaştırıldığında, ev işlerini ve paralı işleri eşit olarak paylaşmaya daha yakındır. Çiftler ve aileler aile ve iş yaşamıyla ilgili sorumlulukları yerine getirme konusunda farklı birçok strateji kullanmaktadır. Kadının geliri, geleneksel olarak erkek benliği için bir tehdit olarak görülmüştür, fakat araştırmalar çoğu durumda kadının gelirinin her iki eş tarafından da olumlu olarak algıladığına işaret etmektedir. Kadın ve erkeklerin hem ev işi hem de paralı işler yaptıkları çoklu roller üstlenmeleri birçok açıdan yararlı görülmektedir.

Belki de toplumumuzda, toplumsal cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rolleri konusunda söylenebilecek en doğru şey, doğru yönde gerçek adımlar attığımız, fakat henüz gereken yere varmadığımızdır.

Anahtar Kavramlar

Sorumluluk (s. 212)
Korumacı cinsiyetçilik (s. 214)
Yetkili olma duygusu (s. 224)
Toplumsal cinsiyet (s. 211)
Düşmanca cinsiyetçilik (s. 215)
Etkilenebilirlik/Biçim verilebilirlik (s. 215)
Cinsiyet (s. 211)

Önerilen Okumalar

Barnett, R. C., & Hyde, J. S. (2001). Women, men, work and family: An expansionist theory. *American Psychologist*, 56, 781-796.

Eagly, A. H., & Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior. *American Psychologist*, 54, 408-423.

Peplau, L. A. (2001). Rethinking women's sexual orientation: An interdisciplinary, relationship-focused *approach. Personal Relationships,* 8, 1-19.

Perry-Jenkins, M., Repetti, R. L., & Crouter, A. C. (2000). Work and family in the 1990s. *Journal of Marriage and the Family,* 62, 981-998.

Steil, J. M., McGann, V. L., & Kahn, A. S. (2001). Entitlement. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender* (s. 403-410). San Diego, CA: Academic Press.

West, C., & Zimmerman, D. H.(1987). *Doing gender. Gender & Society,* 1(2), 125-151.

Son Söz

Son Söz'ün ilk kısmında kitap boyunca verilen ve ilişkilerin gelecekte nasıl devam edeceğine işaret eden İlişki Öyküleri'ne yeniden dönülecektir. Bu kitapta öğrendikleriniz temelinde, her ilişkinin nasıl ilerlediğini düşününüz ve bu insanların ilişkilerini iyileştirebilmelerine yardımcı olacak yollar öneriniz. Son Söz'ün ikinci kısmı, bağlanılmış ilişkileri olan bir yaşamla, böyle ilişkileri olmayan bir yaşamı karşılaştırmakta ve çiftlerin ilişkilerinde karşılaştıkları değişim seçim (karar) noktaları konusunda bazı düşünceler önermektedir.

İlişki Öykülerine Devam

2. Bölüm
Çiftler Arası Çekim ve İlişki Gelişimi

Bu bölümün başındaki İlişki Öyküleri üç farklı çiftin ilk çıkmalarını betimlemektedir. Nora ve Tomas işyerinde tanışan, üniversite öğrencileriydi. İlk çıkmalarından gerçekten büyük zevk aldılar, artalanları ve ilgileri hakkında konuştular ve ortak birçok özelliklerinin olduğunu gördüler. O ilk çıkmalarından sonra, birbirlerini görmeyi sürdürdüler. Benzerlikleri ve o benzerliklere ilişkin iletişimleri ilişkilerini destekledi. Hem bireyler hem de bir çift olarak, kendileri hakkında konuşmaya isteklilikleri nedeniyle, bağlanmaları giderek arttı. Her şey üzerinde anlaşmıyor ya da aynı görüşü paylaşmıyorlardı fakat hemen her şey hakkında konuşabiliyorlardı; böylece, hemen hiçbir zaman, bir çatışmaya takılıp kalmadılar.

Nora ve Tomas işyerinde tanıştıkları ve aynı türden işlere sahip oldukları için ilişkilerine eşitler olarak başladılar. Birinin diğerine bir üstünlüğü yoktu. Bu nedenle, hiçbir zaman koruyucu erkek/bağımlı kadın gibi, kalıpyargısal toplumsal cinsiyet rolleri oynamadılar. Nora, daha başlangıçtan bağımsızdı -gerçekte, bu Tomas'ın onda çekici bulduğu özelliklerden biriydi- ve ilişkilerini de yaşamlarını da eşitler olarak sürdürdüler. Yaşamlarında toplumsal cinsiyet konuları yok değildi, kuşkusuz fakat ilişkilerini bir erkekle bir kadın arasında olmaktan çok iki insan arasında bir şey olarak yaşadılar.

- Nora ve Tomas'ın ilişkilerinin güçlü ve zayıf yönleri nelerdir?
- İlişkileri ne yönde gelişmek eğilimindedir?
- Kalıcı olabilir mi? Evetse niçin? Hayırsa niçin?

James ve Keisha yurdun yemek salonunda karşılaştılar ve James Keişha'nın gururlu beden dilinden anında etkilendi. İlk çıkmaları pek başarılı değildi çünkü Keisha uzun süreli bir ilişkiden daha yeni ayrılmıştı ve yeni bir ilişkiye başlama konusunda pek rahat değildi. Fakat James bir kez daha denemeye karar verdi ve onu bir arkadaşının verdiği bir partiye davet etti. Partide, James Keisha'nın beklediğinden çok daha dışadönüktü -müthiş bir mizah duygusu vardı- ve Keisha biraz rahatladı.

İyi vakit geçirdiler ve en iyi çıkmalarının, yalnız ikisi değil de, bir çiftler gurubunun bir parçası olarak çıktıklarında gerçekleştiğinin farkına vararak, çıkmaya devam ettiler. Fiziksel olarak, birbirlerini güçlü bir biçimde çekmeye başladılar ve cinsel ilişki, ilişkilerinin bir parçasıydı. Birbirlerini çok seviyor fakat bazen üzerinde konuşacak pek bir şey bulamıyorlardı. Eğer, aralarında bir çatışma çıkmışsa, onunla uğraşmak yerine, görmezden gelmeyi yeğliyorlardı. Her ikisi de aralarındaki etkileşimi iyileştirmeleri gerektiğini biliyorlardı fakat ikisi de bu konuda bir şey yapmıyordu. Bir çeşit sürüklenip gidiyorlardı işte.

- Keisha ve James ilişkilerini nasıl iyileştirebilirler?
- İlişkileri ileride nasıl gidebilir?
- Bu ilişkinin Nora ve Tomas'ınkinden farkı nedir?

Alicia ve Dan bir basketbol oyununa ve sonra da, dışarıda bir yemeğe gitmeyi içeren, önceden tanışma olmaksızın, bir çıkmada karşılaştılar. Tanıdıkları başkaları tarafından tanıştırıldılar -Alicia'nın kızkardeşi ve onun erkek arkadaşı. Bu, sık sık bir ilişkiye başlamanın harika yollarından biridir. Alicia ve Dan ikisinin ortak pek çok özelliklerinin olduğunu gördüler ve birlikteliklerinden büyük zevk aldılar. Birbirlerini aile ve arkadaşlarına, ilişkilerinin oldukça erken bir evresinde tanıştırdılar ve böylece, gelişmekte olan ilişkilerinde toplumsal ağları etkiliydi.

Alicia her zaman okul ve işine bağlı görünüyordu ve Dan bazen kendisini engellenmiş hissediyordu çünkü, ona Alicia'nın ona ya da ilişkilerine ayıracak zamanı yokmuş gibi geliyordu. Fakat hissettiklerini ona anlatıyor ve biraz tartıştıktan sonra Alicia, genellikle bir kez daha birçok etkinliğe bulaştığını, bu yüzden Dan için pek zaman ayıramadığını kabul ediyordu. Bir süreliğine, Alicia biraz yavaşlıyor ve Dan için daha fazla zamanı oluyordu fakat biraz zaman geçtikten sonra döngü yeniden başlıyordu.

- Alicia ve Dan'ın birlikteliklerinin süreceğine inanıyor musunuz? Evetse niçin? Hayırsa niçin?
- Bu ilişkinin başarılı olabilmesi için en fazla kim değişmelidir?
- Bir ilişkiyi başarılı kılmak için bir kişi değişmeli midir?

3. Bölüm
Arkadaşlık ve Toplumsal Destek

İlişki Öyküsü'nde iki farklı arkadaşlık türü sunulmuştur. Erin ve Mike çocukluklarından beri arkadaştı ve şimdi üniversitede olmalarına karşın, birbirleriyle sonsuza kadar arkadaş kalmaya söz verdiler. Onlarınki bir karşı-cinsle arkadaşlık olduğu için her zaman, başkalarının "Gerçekten bu bir arkadaşlık mı, yoksa romantik bir ilişki mi?" sorusuyla karşılaşıyorlardı.

Üniversiteyi bitirdikten, hatta başka kişilerle evlendikten sonra bile, Erin ve Mike ilişkilerini sürdürdüler. En sonunda, onlar ve eşleri bir "yeniden buluşma/ tanışma" için bir araya geldiler, hepsinin birlikte çok iyi geçindiklerini ve birbirleriyle vakit geçirmekten zevk aldıklarını gördüler. Erin ve Mike'ın arkadaşlıkları sırasında öğrendikleri iletişim ve sorun çözme becerilerinden bazılarının onlara, daha anlayışlı, iletişimsel ve etkili evlilik partnerleri olma konusunda yardımcı olduğunu anladılar. Böyle birçok bir araya gelişten sonra Erin, Mike ve eşleri sonuna kadar arkadaş kalma konusunda anlaştılar.

- İlişki partneriniz Erin ve Mike'ınki gibi, uzun süreli bir ilişkinin parçası olsaydı ne hissederdiniz?
- Böylesi karşı cinsle arkadaşlıkların genellikle mümkün olduğunu düşünür müsünüz?

Jonelle ve Tamika'nın arkadaşlıkları oda arkadaşları olarak bir odaya verilmeleri gibi, çevresel bir etmen nedeniyle başladı. Devam etti çünkü bireysel kişilik biçemleri farklı olmakla birlikte, uyumlu idi. Ve Jonelle'nin bisiklet kazası çevresinde oluşan bunalım durumu sırasında, biri ciddi biçimde diğerine bağımlı hâle geldiğinde daha da derinleşti.

İki genç kadın, yaşamları giderek farklı yönlere doğru ilerlemesine karşın, birbirlerine destek olmaya devam ederek, üniversite yılları boyunca oda arkadaşı olarak kaldılar. En sonunda, üniversiteyi bitirdiler ve farklı kentlerde çalışmaya başladılar. Telefon ve *e*-mail yoluyla aralarındaki ilişkiyi koparmamaya çalıştılar fakat bu yolla iletişimleri zamanla azaldı. Böyle bile olsa, nasıl iyi bir arkadaş olunabileceği, gereksinim duyması durumunda birisinin nasıl desteklenebileceği ve arkadaşlık armağanının nasıl alınabileceği kadar, nasıl verilebileceği konularında da birbirlerinden ne kadar çok şey öğrendiklerinin farkına vardılar.

- Tamika ve Jonelle arkadaşlıklarını pekiştirmek için kriz olay sırasında neler yapmışlardı?
- Size göre, bu davranışlardan en önemlisi hangisiydi?
- Arkadaşlıkların gelişiminde sizce önemli olan nedir? Niçin?

4. Bölüm
Romantik Aşk

Bu bölüm Sandy ve Joe'nun öyküsüyle başladı. Sandy göğüs kanseri atlatmış bir kadın, Joe bir lise öğretmeni ve bazen de basketbol takımı çalıştırıcısıydı. İki küçük çocukları, destekleyici bir geniş aile ve arkadaş ağları vardı. Birbirlerini derinden seviyorlardı fakat aşkları kanser deneyimiyle kötü bir sınavdan geçti ve daha da güçlendi.

Aşk üzerine araştırmaların çoğu aşkın tutkulu türleri üzerinde odaklaşmak eğilimindedir fakat Joe ve Sandy başlangıçtan beri daha çok güvenli bağlanma ve arkadaşlık yönelimli bir aşk çeşidi yaşadılar. Birbirleriyle hâlâ romantik ve cinseldiler ve zamanla aşklarının derinleştiğine inanıyorlardı. Tutkulu aşkla arkadaşça aşktan birini seçmek zorunda olduklarına inanmıyorlardı; ikisini de yaşayabileceklerini düşünüyorlardı. Daha genel olarak, Joe'nun Sandiy'ye karşılığını verebileceğinden daha fazla vermesini gerektiren topluluksal bir ilişkileri vardı. Fakat bunu olması gereken bir şey olarak kabul ettiler. Sandy'nin şimdi kanseri atlatmış olmasına karşın, o ve Joe geleceğin bir güvencesinin olmadığını biliyorlardı. Harika aileleri ve arkadaşlarının desteği olmasaydı, çok daha büyük zorluklarla karşılaşacaklarından kuşkuları yoktu.

Sandy ve Joe'yu gerçek insanlar olmak yerine azizler gibi göstermek kolaydır fakat onların da kişisel hataları, eksiklikleri ve arada sırada karşılaştıkları güçlükleri vardı. Çatışmalarla başa çıkmada pek iyi değildiler. Her ikisi de sorunları çözmeye çalışmak yerine onlardan kaçınmayı tercih ediyordu. Çocukları hakkında ve kanserle uğraşırken oldukça iyi iletişim kurabilmelerine karşın, kendi bireysel gereksinimleri ve birbirlerine ilişkin duyguları hakkında konuşmaya daha az istekliydi. Böylece, bazı bakımlardan ilişkileri büyümeye ve gelişmeye devam ederken bazı bakımlardan o kadar iyi gitmemektedir.

- Ciddi olarak hasta ve belki de ölmek üzere olan bir ortağa sahip olmakla nasıl başa çıkardınız?
- Sandy ve Joe evliliklerini daha iyi götürebilmek için farklı olarak neler yapabilirlerdi?

5. Bölüm
İlişkisel Cinsellik

Noah ve Katherine, bu bölümün başındaki çift, her ikisinin de arkadaşları olan bir çiftin düğününde karşılaştılar ve anında birbirlerine çekildiler. İlişkileri geliştikçe aralarındaki cinsellik de arttı. Evlendikten ve çocukları doğduktan sonra bile, birbirlerine karşı çekicilikleri ilişkilerinin önemli bir parçası olarak kaldı. Bir bebeğe sahip olmanın cinsel yaşamları için ne kadar engelleyici olduğunu öğrendiklerinde, her ikisi de çok fazla kaygılanmadı. Gerçekte, Katherine'nin kırmızı geceliği satın alması cinsel yaşamlarını yeniden başlatma çabasının bir sonucu olmaktan çok, Noah'a onunla her zamankinden daha fazla ilgilendiğini gösterme niyetinin bir işaretiydi.

Katherine ve Noah, her ikisi de evliliklerini en yüksek duygusal öncelik olarak tuttular. Gün içinde birbirlerini işyerinden telefonla aramaya çalıştılar ve her akşam birbirleriyle oturup konuşmak için zaman ayırdılar. Hatta bir bebek bakıcısı bulup, hiç değilse bir iki haftada bir dışarıya "çıkmaya" başladılar. Bebek önde ve merkezdeyken ana babaların kendi ilişkilerini bir kenara koymalarının kolay olduğunu biliyorlardı.

Katherine ve Noah'ın geleneksel toplumsal cinsiyet güdümlü davranışlara bir takıntıları yoktu. Her ikisi de çocuğa baktı ve her ikisi de ev dışında çalışıyordu; böylece olaylara birbirlerinin bakışı açısından bakabilmek onlar için birçok başka çift için olduğundan daha kolay görünüyordu. Ayrıca, ilişkilerindeki tutkuyu canlı tutmak için de çalıştılar.

- Noah ve Katherine ilişkilerine nasıl dikkat ediyorlardı?
- Onlara ek olarak hangi stratejileri önerebilirsiniz?

6. Bölüm
İletişim ve İlişkiyi Sürdürme

Nick ve Elaine, ergen çocukları olan bir çift, bu İlişki Öyküsü'nün odağıydı. İlişkilerine aşk ve umutla başladılar fakat son yıllarda birbirlerinden oldukça uzaklaştılar. Parti gecesinde, evliliklerini kurtaran şey ne istedikleri konusunda dürüst olmaya isteklilikleriydi. O akşam birbirleriyle konuşmak, birbirlerinin değerinin fakına varma yönünde çok etkili adımlar attılar. Birey ve çift olarak, yaşam amaçlarından birçoğunun başarıldığı bir döneminde olduklarını anlamaya başladılar.

Bir süre için eksik olan -tekrar kazanmaya başladıkları- şey, iletişim ve iletişimin sağlayabileceği yakınlıktı. Yakınlığın açılma yanında olumlu duygu ve kişinin partneri tarafından dinleniyor ve anlaşılıyor olma duygusu gerektirdiğini anımsayınız. Nick ve Elaine'in evliliklerinde oldukça uzun bir süre için yakınlık yetersizliği vardı. Fakat parti gecesinden sonra, ilişkilerinde yakınlığı yeniden yerine koymak için gerçekten zaman ayırmaya ve çaba harcamaya başladılar. Ve bu hiç de erken bir çaba değildi.

- **Noah ve Elaine'in ilişkilerinde bu yeniden bulunmuş yakınlığın sürmesi olasılığı nedir?**
- **Evliliklerini canlı ve doyurucu tutma yolları konusunda hangi tavsiyelerde bulunurdunuz?**
- **İletişim kanallarını açık tutmak için hangi yolları kullanırsınız?**

7. Bölüm
Çatışma ve Kötüye Kullanma

Bu bölümdeki öyküler ilişkilerinde çatışmalarla çok farklı biçimlerde başa çıkan iki genç çiftle ilgiliydi. Maria ve Antonio nişanlı ve birlikte yaşayan genç bir çiftti. Antonio'nun çok sevdiği bir müzik grubunun konserine gitmeye ya da Maria'nın ailesine annesinin doğum günü kutlamasına yardım etmeye karar verme konusunda bir çatışma yaşadıklarında, Antonio kapıyı vurup çıkmış ve Maria da çok üzülmüştü. Antonio'nun kısa bir süre sonra bir uzlaşma önerisi için telefonla işten aramasına karşın, Maria sessizce onu dinlemiş ve gerçekte çatışmalarının çözümüyle ilgili olumlu bir şey hissetmemişti. Antonio'nun kızgınlığı hakkında kendisini çökkün hissediyordu. Antonio'nun aşırı tepki gösterdiğini düşünüyor ve kendi payına, Antonio da kendi tepkisine Maria'nın aşırı tepki gösterdiğini düşünüyordu. Zamanla, Antonia kızgınlığına biraz gem vurmayı ve Maria da bazen onun bu patlama tepkilerine omuz silkip geçmeyi öğrendi. Böyle tepkiler artık onu şaşırtmıyordu. Ancak yine de Maria ve Antonio, birbirleriyle ilişki kurma örüntülerine takılıp kalmış hissetmeyi sürdürüyorlardı.

- İlişki çakışmaları hakkında ne yapacağınızı bildiğinize göre, bu çiftin sorunlarından bazıları nelerdir? Örneğin, ikisinden biri eleştiricilik ya da engellemecilik ve küçükseyicilikle suçlanabilir mi?
- Onlar için kötüye kullanmanın bir olasılık olduğunu düşünür müsünüz?
- Birlikteliklerinin süreceğini düşünüyor musunuz? Düşünüyorsanız niçin? Düşünmüyorsanız niçin?

Peter ve Lisa'nın evliliklerindeki çatışmalarla çok farklı bir uğraşma biçemleri vardı. Antonio ve Maria'dan yaşça az daha büyüktüler ve her ikisinin de ikinci evliliğiydi. Çok sevdikleri küçük bir erkek çocukları vardı. Genellikle, karar vermede ve bir konuda anlaşmada zorluk çekmiyorlardı. Fakat anlaşamadıklarında, çatışmayla başa çıkarken Peter, hiç değilse orta derecede doğrudan davranıyordu. Lisa ise sık sık içine kapanıyor, soğuk ve uzak davranıyordu. En son yaşadıkları çatışmanın ardından, Lisa yanaklarından yaşlar akarak, kucağında alışveriş torbalarıyla ağlayarak eve girdiğinde, Peter şaşkına dönmüştü. Lisa genellikle sakin ve kendinde olurdu; bu, onu bu kadar altüst olmuş gördüğü ilk anlardan biriydi. İç çekişleri ve hıçkırıklarla kesilen tümcelerle Lisa Peter'a çatışma çözümündeki soğuk, içedönük biçiminin kendisini kopmuş, yalnız ve çok kötü hissetmesine neden olduğunu anlattı. Hiç çatışmasız olmayacağını biliyordu; bu her evliliğin bir parçasıydı. Fakat kendi tepki veriş biçimini değiştirmek istiyordu. Peter, eğer kendisi ve Lisa daha fazla açık çatışma yaşarlarsa, şöyle ya da böyle, yaşamın daha zor olacağını anladı fakat yaşamın ancak çatışmalarla başa çıkılarak yaşanabileceği konusunda güçlü bir inancı da vardı.

- Çatışma çözümüne yaklaşımlarını değiştirmeye çalışırlarsa, Lisa ve Peter için en büyük engeller neler olabilir?
- İlişkilerinin güçlü yönleri nelerdir?
- Lisa çatışmaya bir "bağlılık" (sadakat) yaklaşımından "seslendirme" yaklaşımına doğru kaymakta mıdır?
- Lisa değişme konusunda başarılı olabilecek midir? Olabilecekse niçin? Olamayacaksa niçin?

8. Bölüm
Ayrılma, Boşanma ve Yoksunluk

Brenda ve George, üniversitede okuyan iki çocukları olan, orta yaşlarda ve boşanmak üzere olan bir çiftti. Avukatlarıyla birlikte boşanma anlaşması üzerinde konuşmak üzere bir araya geldiklerinde çatışma baş gösterdi. En sonunda, bir çözüm üzerinde anlaştılar fakat genç yetişkin çocuklarına boşanıyor olduklarını söyleme görevi hâlâ ortadaydı. Olabildiğince yumuşatarak olup biteni anlattılar ve çocuklar şaşırırken, haberi vermeyi oldukça iyi başarmış görünüyorlardı. George ve Brenda ilişkilerinde çok uygar ve incelikliydiler; böylece, çocuklar ana baba çatışması ve düşmanlığı ile uğraşmadılar. Branda ve George sevilecekleri, desteklenecekleri ve yaşamlarının çok fazla değişmeyeceği konusunda çocuklarına güvence vermek için her çabayı göze aldılar. Çocuklarla yapıcı bir biçimde uğraşma sürecinde, Brenda ve George bir takım olarak birlikte çalışabileceklerinin ve hatta bir arkadaşlık düzeyini tutturabileceklerinin farkına vardılar.

Başlangıçta yalnız başına yaşayan George için bu bir kayıptı fakat daha sonra yeni bir yaşam kurmaya başladı. Daha az çalışması ve seyahat etmesi gerektiğini anladı. Bu yıllarca Brenda'nın ondan istediği bir şeydi. Brenda kendi başına yaşamayı barışçı fakat yalnız buluyordu. Şimdilerde, o ve George genellikle ayda bir dışarıya yemeğe çıkarak ara sıra birbirlerini görmektedirler. Bir araya geldiklerinde işleri, çocuklar ve ne yapıyor oldukları hakkında konuşmaktadırlar. Bu durum, onlara bir arkadaşlık geliştirerek yeniden başlıyorlarmış gibi gelmektedir.

- Brenda ve George'un boşanmalarına yol açan etmenlerden bazıları nelerdir?
- Bu etmenlerden herhangi biri boşanmadan sonra değişti mi?
- George ve Brenda'nın bir boşanma sonrası ilişki geliştirmelerinin olası bazı çıktıları neler olabilir?

9. Bölüm
Değişik (Farklı) İlişkiler

Chris ve Becky, yani bu İlişki Öyküsü'nün kahramanları, karşılaştılar, aşık oldular ve birlikte bir yaşam başlattılar. Derken, çocuk sahibi olmak istediklerine karar verdiler. Kendileri çocuk yapamayacakları için, uzunca bir süre düşünme, araştırma ve içlerini dinleme sonunda bir bebek evlat edinmeye karar verdiler. Öykünün sonunda, taa Çin'den gelen yeni kız bebekleriyle tanıştırıldılar.

Becky ve Chris'in kadın eşcinseller olmaları öyküleri için hem *merkezî* bir öneme sahipti, hem de pek önemli değildi. Merkezî öneme sahipti çünkü genel nüfus içerisinde, karşıtcinsel bir çiftin partnerleriyle karşılaştırıldığında, daha az görülen bir ilişkiyi temsil ediyorlardı. Bu, yaptıkları şeylerin çoğunda onların fazladan çaba harcamaları anlamına geliyordu. Bunlar arasında üreme testi gibi, tıpsal zorunlulukları yerine getirme; sağlıkla ilgili acil durumlarda birbirlerinin akrabaları işlevi görme; evlerinin sahipliği ve kız çocuklarını evlat edinebilmek için yasal zorunlulukları yerine getirme ve her birinin işyerlerinde ilişkileri hakkında ne kadar açık olabileceklerine karar verme sayılabilirdi. Kadın eşcinsel bir çift olmaları öyküleri için *kenarda* bir öneme sahipti çünkü, birbirlerine olan aşkları ve bağlılıkları cinsel yönelimleri üzerine kurulmamıştı ve aileleriyle arkadaşları, bir çift ve şimdi bir aile olarak, onları bütünüyle destekliyorlardı. Her ikisinin ana babaları da gururlu ve ilgili büyük ana babalardı ve arkadaşları, ister karşıtcinsel ister eşcinsel olsun, destekleyici bir toplumsal ağ sağlıyorlardı.

Kız çocuklarının gelişiyle birlikte, Becky ve Chris ana babalığı öğrenmeye başladılar: uyku yoksunluğu, besleme izlenceleri, alt değiştirmeler kadar bir bebeğin, neredeyse, gözleri önünde değişip büyüdüğünü görmeyi de. Her ikisi de işlerini evin dışında tutuyor ve çocuk bakımında çok iyi olduklarına inanmalarına karşın, akşamları ve hafta sonları bebeğin bakımına eşit olarak katılmaya çalışıyorlardı.

- Bildiğiniz yeni ana babalar düşününüz. Becky ve Chris'in onlara benzer ve onlardan farklı yönleri nelerdir?
- Eşcinsel bir çift, bir çocuğu yetiştirirken ne tür özel zorlanmalarla karşılaşabilir?

10. Bölüm
Toplumsal Cinsiyet

Bu bölüm, üniversite öğrencisi, ciddi olarak çıkan ve evliliği düşünen bir çift olan Della ve Jerome'un öyküleriyle başladı. Della'nın aldığı ve öğrencilerin aile iş bölümünün *nasıl* yapıldığı, *niçin* yapıldığı konusunda ana babalarıyla (ya da onları kim yetiştirdiyse onlarla) görüşmelerini içeren bir dersten esinlenerek ilişkilerinde toplumsal cinsiyet konuları üzerinde çalışıyorlardı. Della ve Jerome ödev üzerin-

de çalıştılar ve süreç sırasında ana babaları hakkında çok şey öğrendiler. Örneğin, Jerome annesi kendisinden daha küçük ikiz kız ve erkek kardeşiyle evde kalırken, hem annesinin hem de babasın onun yaptığı işin önemli olduğunu düşündüklerini öğrendi. Ancak yine de onun için yaşam zor olmuştu. Çok dışadönük bir kadındı ve iş dünyasına karışıp katılmaktan zevk alıyordu; bütün gün evde kalmak kendisini yalnız hissetmesine neden oluyordu. Kocası ona yardım etmek istediğini söylüyor fakat akşam işten eve döndüğünde yorgun oluyor ve dinlenmek istiyordu. Rollerini istedikleri ölçüde eşit olarak görmek onlar için güç olmuştu; böylece o yuva yapıcı, babası da geçim sağlayıcı oldu. Daha sonraki yıllarda, rolleri daha fazla paylaşıldığında, her ikisi de kendilerini daha rahat hissetti. Kendi payına, Della küçük bir işi yöneten iki ana baba tarafından yetiştirildi; böylece herkesin işte ve evde yardımcı olduğu bir ailede büyüdü. Toplumsal cinsiyetin davranışlarda nasıl yansıtılacağına ilişkin modelleri bu nedenle geleneksel olmaktan biraz uzaktı.

Della ve Jerome, birbirleriyle konuştukça toplumsal cinsiyetle ilgili konulardaki değerlerinin benzer olduğunu anlıyorlardı. Bu nedenle, ana babalarından ve birbirleriyle konuşmalarından öğrendiklerini uyguluyorlardı ve şimdi ilişkilerinde nasıl davrandıklarının çok daha bilincindeydiler. Jerome'un her zaman kendi çamaşırlarını kendisinin yıkamasının ya da Della'nın kendi arabasını bakıma kendisinin götürmesinin, ilişkide genel bir hakkaniyetin geçerli olmasından daha az önemli olduğuna karar verdiler. Dahası her yeni gün, onlara hakkaniyet ve dürüstlüğün ne anlama geldiği konusunda yeni bir ders veriyor görünüyordu.

- Della ve Jerome'a ilişkilerinde toplumsal cinsiyet konularını nasıl çözümlemelerini önerirsiniz?
- Bu konuları çözmede başarılı olacaklarını düşünüyor musunuz?
- Eğer evlenirlerse, sizce geleneksel "toplumsal cinsiyet" yapma yollarına dönerler mi?

İlişki Öyküleri'yle ilgili bu gözden geçirme bazı ilişkilerin nasıl sürdüğünü göstermiş ve diğerlerinin devam edip etmeyeceğini sorgulamıştır. Bu ilişkilerdeki insanların ilişkilerini nasıl sürdürüp geliştirebileceklerine ilişkin stratejiler üzerinde durulmuştur. Bir sonraki kısım, bütün kitap boyunca, ait olma ve bağlanma gereksinimini ve insanlarla bağlarımızı güçlendirmek ya da zayıflatmak için ne gibi seçimler yapabileceğimizi tartışacaktır.

nobel

Bağlar ve Seçim Noktaları

Aşağıdakini düşünün:

Yalnız yaşıyorsunuz ve üniversite derslerinizi uzaktan eğitim (bilgisayar temelli dersler) ve karşılıklı yazışma karışımı bir yolla alıyorsunuz. Çalışma arkadaşları da içinde olmak üzere, insanlarla en alt düzeyde etkileşimi gerektiren yarım gün bir işte çalışıyorsunuz. Siz ve çalışma arkadaşlarınız birbirinizin ilk adlarını bile bilmiyorsunuz. "Gerçek" bir dinsel etkinliğe, bir spor etkinliğine katılabilir ya da bir konsere, filme gidebilirsiniz fakat bunların hiçbirini hiçbir zaman gerçekten başka insanlarla birlikte yapmıyorsunuz. Yiyecek maddeleri ya da başka şeyler için alışveriş yaparken işlemler otomatik tarayıcılarla tamamlanmaktadır. Bütün giyecekleriniz için bilgisayar aracılığıyla sipariş veriyorsunuz. Bir doktora ya da dişçiye giderseniz, formları bilgisayarda dolduruyorsunuz; orada bir tarayıcıdan geçiyorsunuz ve bir bildirim alıyorsunuz. Gerçek herhangi bir sağaltım daha önce hiç görmediğiniz ve bir daha hiç görmeyeceğiniz biri tarafından uygulanıyor. Bütün hesaplarınızı mektupla ya da bilgisayar aracılığıyla ödüyorsunuz. Ailenizle hiçbir ilişki ya da temasınız yok; gerçekte, bir aileniz olduğunu bile anımsamıyorsunuz. Hiçbir yakın arkadaşınız ya da sıradan tanıdığınız yok. Romantik bir partneriniz de yok ve olmasını da hiç beklemiyorsunuz.

- Eğer kendinizi yukarıda betimlenen dünyaya gerçekten koyabilseydiniz, nasıl hissederdiniz?
- İnsanlarla hiç değilse, azıcık temasta olmaya tepkiniz ne olurdu?
- Sizin için böyle bir dünyayı düşünmek bile yeteneklerinizin üstünde midir?
- Böyle bir dünyada yaşamaktan zevk alabilir miydiniz?

Bu kitabın önerdiği gibi, eğer insanların ait olma ya da diğer insanlarla bağ kurma gibi temel bir gereksinimleri varsa, yukarıda betimlenen yalıtılmışlık dünyası size yabancı gelecek ve sizin için uygun bir dünya olmayacaktır. Hepimizin yalnız olmak, yalnız bırakılmak istediğimiz günleri olabilir fakat bugünler süregiden ilişkisel bağlantılar içinde geçer. Diğer insanlarla bağlarımız günlük yaşamlarımızın öylesine bir parçasıdırlar ki bazen, neredeyse onların farkına bile varmayız. Okulda ve işte insanlar görürürüz, arkadaşlarımızla çıkarız ve özel yakın partnerlerimizle birlikte vakit geçiririz. Sıradan ilişkilerimiz ve yakın ilişkilerimiz vardır; kısaca başkalarıyla bağlarımız vardır.

Yokluklarında müthiş bir yoksunluk yaşayacağımız, çoğu kez tanrı vergisi olarak görülen bu bağlar üzerinde durmaya değer. İlişkilerle ilgili, bazıları bu kitapta verilen, oldukça çok bilgi toplanmıştır ve bu bilgileri ilişkilerimizi iyileştirip geliştirmede ve zenginleştirmede kullanabiliriz. Böyle bile olsa, yakın ilişkilerimizi zenginleştirme, sonuçta bir ders alma ya da bir kitap okumadan daha fazlasını gerektirir. Kendimizden ve ilişkisel partnerlerimizden neleri isteyip neleri istemeyeceğimiz konusunda sık sık bilinçli seçimler yapmayı ya da kararlar almayı gerektirir.

Örneğin, romantik bir ilişkide, partnerler ilişkinin ömrü içinde farklı zamanlarda, önemli birçok karar alırlar. Bu seçimlerin bazıları ilişkinin erken dönemlerinde yapılır. Örneğin, partnerler ilk karşılaştıklarında, birbirleriyle konuşup konuşmayacaklarına, bir ilişkiye başlayıp başlamayacaklarına bile karar verebilirler. Eğer bir ilişki başlatılmışsa, o zaman bir noktada, partnerler bir çift olmayı ya da olmamayı seçeceklerdir. Bu seçim ya da kararın bir yönü birbirleriyle cinselliği, diğer yönü de başkalarını ilişkiden dışlamayı içerebilir. Partnerler başkalarıyla çıkmaya devam edecekler midir, yoksa artık başkalarını dışlayacaklar mıdır? Eğer ikincisi seçilecekse, başkalarını dışlama cinsel bağlılığı da içerecek midir? Birisinin pembe gözlüklerini çıkarıp partnerinin hatalarına gerçekçi olarak bakması, ilişkiyi sürdürüp sürdürmeme konusunda bir seçim noktası olabilir.

İlişkide, daha sonra çift birlikte yaşama, evlenme ve/ya da yaşam boyu bir partnerlik konularında karar verme durumlarıyla karşılaşacaktır. Mesleksel konular önemli olabilir ve üzerinde durulması gerekebilir. Her iki partnerin de birer meslekleri olacak mıdır? Eğer yanıt evetse, her iki meslek eşit önceliğe mi sahip olacaktır? Yer değiştirme durumları ne olacaktır? Her partner, diğerinin mesleği yararına göç etmeye istekli midir, yoksa bir göçten iki partnerin de mesleksel olarak eşit derecede yararlanmaları bir koşul mu olacaktır? Çocuk sahibi olunacak mıdır, yoksa olunmayacak mıdır? Eğer olunacaksa, ne zaman ve kaç çocuk? Bunlar çiftler için olası diğer seçim ya da karar noktalarıdır. Bu sıralarda, partnerler yaşam biçemi ve değer seçimi durumlarıyla karşı karşıya gelebilirler. Çocuk bakımı ve ev işleri nasıl yapılacaktır? Toplumsal cinsiyetle ilgili sorunlar nasıl çözümlenecektir? Partnerler akçal ve maddi varlıkların önemli mi, önemsiz mi, yoksa arada bir yerlerde mi olacağına karar vereceklerdir. Dinsel/tinsel değerler ve boş zamana ilişkin kararlar da seçim noktalarını temsil edebilir ve önemli seçimler ayrıca aile ve arkadaşlarla karışma, ilgilenme çevresinde de dönebilir. Aile ve arkadaşlarla ilişkiler ne ölçüde, ne sıklıkta ve ne yakınlıkta olacaktır? Çift ya da aile toplumsal bir ağla ne kadar bütünleşecektir?

Çiftler ilişkide, çok daha sonraları hastalıklar ve aile bunalımlarıyla nasıl baş edeceğine, partnerlerin ne zaman ve nerede emekli olacaklarına ve benzerlerine ilişkin karar alma durumlarıyla karşılaşacaktır. Daha da sonraları, yetişkin çocuklarla, torunlarla ve toplumsal ağdaki başkalarıyla ilişkilerde ne kadar girileceği konularında daha fazla seçim yapılacaktır.

Özellikle hemen her şeyi iletme ya da sınır ötesi bazı konuların ya da sırların olup olmayacağı ve çatışmadan kaçınmak mı, yoksa çatışmaya girmek mi gerektiği konularında olmak üzere, ilişkinin ömrü boyunca çiftler seçim ya da karar noktalarıyla karşılaşacaklardır. Eğer çatışmaya girilecekse, sorunları çözmek için partnerler sessizce mi konuşmalıdır, yoksa duygusal olarak yüklü bağırmalı çağırmalı karşılaşmalara mı girmelidirler? Ayrıca, her zaman partnerlerin birbirlerine ne kadar ve ne türden toplumsal destek verecekleriyle ilgili seçim noktaları da vardır.

Kuşkusuz, romantik ilişkilerde birçok temel ve açık seçim noktaları vardır fakat birçok daha ikincil düzeyde, neredeyse, fark edilemez başka seçim noktaları da vardır. Daha küçük kararlar o kadar sessiz gelip geçerler ki, karar ya da seçim oldukları bile zor anlaşılabilir -fakat yine de kararlardırlar. Örneğin, okul ve işten zamanımız kalırsa, partnerimizle birlikte geçireceğimiz zamana ilk önceliği verebiliriz. Her seçenek bir karardır. Eğer, ilişkimizde bir şey bizi rahatsız etmeye başlamışsa,

partnerimize karşı bütünüyle açık olabilir ya da duygularımızı kendimize saklayabiliriz. Yine, her seçenek bir karardır. Eğer, partnerimizin çok önemli bir sınavı yaklaşıyorsa ya onun ev işlerindeki payını üstlenmeyi önerebiliriz ya da yalnızca durumu görmezlikten gelmekle yetinebiliriz. Her ikisi de birer karardır.

Her gün yaptığımız birçok ilişkisel seçimin farkına vardıkça, ilişkilerimizi bilinçli olarak daha iyi ya da daha kötü yönde biçimlendirebiliriz. Her yeni gün, iyi ve kötü seçim fırsatları sunar. İlişkisel yaşamlarımızı sürdürürken büyük çoğunluğumuz *her iki türden* de seçimler yaparız. Çoğunlukla iyi seçimler yapabilmek için elinizden geleni yapınız.

Sözlük

Açılma. Kişinin içsel duygu, düşünce ve deneyimlerini bir başka kişiye anlatması; oldukça çok yakınlık içerir ve yüzeysel bilgi vermenin ötesine geçer.

Aldatma. Yakın bir ilişkide (genellikle bir evlilik) bir partnerin cinsel ya da duygusal olarak üçüncü bir kişiyle ilişkiye girmesi.

Aldırma (dikkat etme). Kişinin kendisine, ilişkisel partnerine ve ilişkinin kendisine sürekli olarak dikkat etme gereksinimini betimleyen çok boyutlu bir kavram.

Algılanan destek. Bir kişinin aldığını *hissettiği* destek.

Arkadaşça aşk. Paylaşılan değerler, duygu, kararlılık ve arkadaşlık üzerine güçlü bir vurgu ile nitelik kazanan bir aşk türü; görece kısa ya da uzun bir süre bir ilişki içinde bulunun kişiler için söz konusu olabilir.

Arkadaşlık. Genellikle romantik doğurguları olmayan, gönüllü ve duygusal bir ilişki; arkadaşlıklar yaşam boyunca önemlidir.

Arşivsel. Nüfus sayımı verileri, yasal kayıtlar ve kişisel mektuplar gibi, var olan bilgilerin incelenmesi.

Aşk (sevgi). Bir başka kişiyle duygusal bir ilişki ve o kişiye yönelik sevgi anlamında genel bir deyim; arkadaşlar, aile üyeleri ve romantik partnerlere yönelik olabilir.

Aşk biçemleri. Altı temel türü içeren bir aşk tutumları topluluğu sınıflandırmasıdır: tutkulu aşk, oyunsu aşk, arkadaşça aşk, mantıklı aşk, sahiplenici ya da bağımlı aşk ve özgeci aşk.

Ayrılma. Romantik bir ilişkinin çözülmesi ya da dağılması, önceki partnerler payına, sık sık üzüntü ve kızgınlık içerir.

Bağlanma. Birisine yönelik, karşılıklı da olabilen, duygusal bağ.

Bağlanma. İlişkilerle ilgili olarak, ilişkide kalma niyeti. Bağlanmanın birçok türü ya da yönü vardır.

Bağlılık. Rusbult'un dört çatışma tepkisinden biri; partnere bağlanmayı fakat çatışmadan kaçınmayı içeren edilgen ve yapıcı bir yaklaşım.

Benzerlik. Bir ya da daha fazla boyutta birbiri gibi olma; iki kişi arasındaki çekimde önemli bir etmendir.

Birlikte yaşama. Romantik ve partnerli bir ilişkide eşcinsel ya da karşıtcinsel yetişkinlerin birlikte yaşadıkları bir düzenleme.

Boşanma. Evliliğin yasal olarak sona ermesi; akçal, işlemsel ve duygusal olanlar da içinde olmak üzere birçok yönü vardır.

Cinsel doyum. Bir kişinin cinsel yaşamının değişik yönlerinden zevk alması ve hoşnut olması; kişinin belirli bir cinsel davranışı, partneri ya da bütün cinsel ilişkisiyle ilgili olarak yaşanabilir.

Cinsel istek. Bir diğer kişiye karşı duyulan cinsel istek ya da arzu; birisiyle cinsel birleşme için yanıp tutuşma.

Cinsel sıklık. Belirli bir cinsel davranışın belirli bir süre içindeki görülme sayısı; genellikle değerlendirilen davranış cinsel birleşme ve bir kişi için bir hafta ya da ay içindeki gerçekleşme sayısıdır.

Cinsel temelli öncelikli ilişki. Evlilik gibi, toplumsal yapı açısından değil de daha çok, bağlanma ve cinsellik gibi, ilişki süreçleri açısından tanımlanan partnerli bir ilişki.

Cinsel tutumlar. Değişik cinsel uygulama ve davranışlara yönelik, genellikle olumlu ya da olumsuz tutumlar; bir tutum olarak, 2. Bölüm'deki Çekime bakınız.

Cinsiyet. Erkeklik ya da kadınlığın biyolojik olarak belirlenmesi; ayrıca, cinsel birleşmeyi içeren fakat onunla sınırlı olmayan cinsel etkinlik.

Çatışma. İki kişinin farklı ve yarışan (rakip) amaç ya da istekleri olduğunda gözlenebilen kişilerarası süreç.

Çıkış. Rusbult'un dört çatışma tepkisinden biri; çatışmayı ve partneri bırakıp gitmeyi içeren etkin ve yıkıcı bir yaklaşım.

Çok ırklı ilişkiler. Farklı ırklardan insanların romantik olarak bir araya geldikleri ilişkiler.

Çok kültürlü ilişkiler. Farklı kültürel/etnik kökenleri olan insanların romantik olarak birbirlerini çektikleri ilişkiler.

Deneysel. Karşılaştırmaların kontrollü koşullar altında yapıldığı bir araştırma yöntemi.

Diyalektik. İlişkilerde, açılma gereksinimi ve özel yaşam gereksinimi gibi, karşıt (ya da tamamlayıcı) gereksinim ya da güçlere verilen ad.

Duygu. Üzüntü ya da mutluluk gibi, heyecanlar için bir başka sözcük.

Düşmanca cinsiyetçilik. Kadınlara ve konumlarına ilişkin olumsuz tutumlara sahip olma.

En iyi örnek. Belirli bir kavramı (4. Bölüm'deki aşk kavramı) en iyi örneği ya da özellikler takımı açısından tanımlama.

Engelleme. Çatışmaya, partnere karşı bütünüyle uzlaşmaz bir tavrı ve ondan uzaklaşmayı içeren sorunlu bir tepki.

Erkek eşcinsel. Romantik ve cinsel olarak erkek ilişki partnerlerine çekilen erkeklere verilen ad.

Esneklik (biçim verilebilirlik). Partnerlerin tutum davranış ve seçimleriyle ilgili olarak kadının esnekliği, etkilenebilirliği ya da biçim verilebilirliği.

Eşleştirme denencesi. İnsanların fiziksel çekicilik düzeyi açısından kendilerine benzeyen partnerleri aradıkları fikri.

Görmezden gelme (ihmal). Rusbult'un çatışma tepkilerinden biri hem çatışmayı hem de partneri görmezden gelmeyi içeren edilgen ve yıkıcı bir yaklaşım.

Gözlem. Araştırmacıların katılımcıları gözleyip gördüklerini kaydettikleri bir araştırma türü.

Güvenli bağlanma. Kararlı ve olumlu bir duygusal bağı yansıtan bir bağlanma biçemi.

Hakkaniyet. İlişkileri de içeren durumlarda çıktıların hakkaniyete uygun olmasıyla ilgilenen bir yaklaşım; insanlar genellikle hakkaniyetli ilişkileri tercih etmektedirler.

İçsel olarak işleyen model. Bilişsel ve duygusal bir yapı ya da bir ilişki örnek ya da örüntüsü ya da bir ilişkinin gelecek ilişkiler için bir tasarım sağlayan yönü.

İlişkiden alınan doyum. Kişinin yakın ilişkisi konusunda hissettiği öznel bir iyilik ya da hoşnutluk duygusu.

İlişkiyi sürdürme. İletişim gibi, partnerlerin ilişkilerini beslemek için yerine getirdikleri bütün davranışlar.

İsteme/Geri çekilme. Bir partnerin değişim istediği ve bunun için istekte bulunduğu, diğerininse var olan durumu sürdürmek istediği ve kaçınma davranışında bulunduğu bir çatışmayla başa çıkma biçemi.

Kaçınmacı bağlanma. Bağımsızlığı ve duygusal katılım eksikliğini yansıtan bir bağlanma biçemi.

Kadın eşcinsel. Romantik ve cinsel olarak kadınları çekici bulan kadınlara verilen ad.

Kaygılı bağlanma. İki yönlülüğü ya da aynı zamanda hem yakınlığı hem de uzaklığı yansıtan bağlanma biçemi.

Kayıp. Bir kişinin değer verdiği bir kişinin ya da şeyin elinden alınmasından kaynaklanan genel bir üzüntü duygusu.

Kendi bildirimi. Katılımcıların ölçek, anket ya da görüşmeler yoluyla kendileri hakkında bilgi verdikleri bir araştırma türü.

Kıskançlık. Bir kişide, romantik partnerini bir başkasına kaptırma korkusunun neden olduğu olumsuz bir duygu; çok boyutlu bir duygu.

Olumlu ya da korumacı cinsiyetçilik. Kadınlara yönelik olumlu tutumlara sahip olma, ancak yine de onlar için olumsuz ve düzeyi düşük konumları destekleme.

Olumlu yanılsamalar. Partnerlerin birbirlerine ilişkin sahip olumlu duygular ki, gerçeklere dayalı olabilir de olmayabilir de.

Romantik bağlanma. Romantik bir partnere yakınlığı ve bağlanmayı içeren bir davranış; güvenli, takıntılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört yetişkin bağlanma biçemi var gibi görünmektedir.

Seslendirme. Rusbult'un dört çatışma tepkisinden biri; partnerle sorun çözmeyi içeren etkin ve yapıcı bir yaklaşım.

Sonuçsal/Kültürel. İlişkinin kültürünü vurgulayan, etkileşim alışkanlıkları, töreler ve davranış için kurallar gibi şeyler üzerinde duran bir iletişim yaklaşımı.

Sözsüz iletişim. Beden yönelimi, göz teması, dokunma, etkileşim mesafesi ve benzerlerini içeren sözlü olmayan bütün iletişimleri kapsayan bir iletişim türü.

Stratejik/İşlevsel. İletişimin niyetli, amaca yönelik ve araçsal yönlerini vurgulayan bir iletişim yaklaşımı.

Topluluksal. Bir kişinin bir diğerine karşılığında bir şey beklemeksizin verdiği bir ilişki türü; verme, alıcının gereksinimleri üzerine temellenir.

Toplumsal ağ. Birbirleriyle yakın ilişkide olan ve gerektiğinde yardımlarına güvenilen hem arkadaşlar hem de aile bireylerinden oluşan kişiler topluluğu.

Toplumsal cinsiyet. Bir kişinin cinsel kategorisiyle bağlantılı bütün durum ve davranışlara verilen ad.

Toplumsal değişim (Sosyal mübadele). Bir kişinin diğerine verip karşılığında eşdeğer bir şey beklediğini ileri süren bir yaklaşım; bu sık sık veren kişinin karşılık olarak ne beklediği üzerine yapılanır.

Toplumsal destek. Bir başka kişiye yönelik olarak karşılık verici olma ve hem süre giden durumlarda hem de bunalım anlarında gereksinimlerini giderme.

Toplumsal giriş. Açılmanın merkezî öneme sahip olduğu bir ilişki gelişimi kuramı.

Tutkulu aşk. Fizyolojik uyarılma, yeğin duygu ve partnerle birleşme yönünde yoğun bir istekle nitelik kazanan bir aşk türü; arkadaşça aşkta olduğu gibi, ilişkide görece kısa ya da uzun bir süre bulunan insanlar yaşayabilirler.

Uyumluluk. Bir kişinin davranışının toplumsal cinsiyetine uygunluğu açısından değerlendirmesi.

Yakın terörizm. Bir partnerin diğerini kontrol ettiği, kötüye kullandığı ve terörize ettiği bir kişilerarası şiddet türü.

Yakınlık (yersel). Yersel ya da coğrafyasal anlamda birlikte olma; başlangıçtaki çekimde olumlu bir etmendir.

Yakınlık. Bir ilişkide duygusal yakınlık; bir sınıflamaya göre, partnerlerin birbirlerine açılmalarını, olumlu duyguyu, çatışma yokluğunu ve partner tarafından anlaşılıyor olma duygusunu içerir.

Yas. Bir kayıpla, özellikle de sevilen birinin ölümü ile uğraşma süreci; yalın ya da karmaşık yas sürecini içerebilir.

Yaygın çift çatışması. Çok şiddetli olmayan, her iki partneri de içeren ve tırmanmayan bir kişilerarası şiddet türü.

Yeniden evlilik sonucu aileler. Hiç değilse, biri daha önce evlenmiş olan ve evliliğe bir ya da daha da fazla çocuk getiren iki partnerli aileler.

Yetkili olma. Kişinin ne hissettiğine ya da ne beklemeye hakkı olduğuna ilişkin tutumları.

Yükleme. Belirli bir olay ya da davranış nedeniyle ilgili bir çıkarsama ya da yargı; dünyaya anlam verme ile ilgilidir.

Kaynakça

Abbey, A. (1982). Sex differences in attributions for friendly behavior: Do males misperceive females' friendliness? *Journal of Personality and Social Psychology, 42,* 830–838.

Acitelli, L. K. (1993). You, me, and us: Perspectives on relationship awareness. In S. Duck (Ed.), *Individuals in relationships* (pp. 144–174). Newbury Park, CA: Sage.

Acitelli, L. K., Douvan, E., & Veroff, J. (1997). The changing influence of interpersonal perceptions on marital well-being among black and white couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 14,* 291–304.

Acitelli, L. K., Rogers, S., & Knee, C.R. (1999). The role of identity in the link between relationship thinking and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 591–618.

Acker, M., & Davis, K. E. (1992). Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love. *Journal of Social and Personal Relationships, 9,* 21–50.

Adams, R. G., & Blieszner, R. (1994). An integrative conceptual framework for friendship research. *Journal of Social and Personal Relationships, 11,* 163–184.

Adelmann, P. K., Chadwick, K., & Baerger, D. R. (1996). Marital quality of black and white adults over the life course. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 361–384.

Adler, N. L., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1987). Male sexual preference and attitudes toward love and sexuality. *Journal of Sex Education and Therapy, 12*(2), 27–30.

Afifi, W. A., Falato, W. L., & Weiner, J. L. (2001). Identity concerns following a severe relational transgression: The role of discovery method for the relational outcomes of infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 291–308.

Afifi, W. A., & Faulkner, S. L. (2000). On being 'just friends': The frequency and impact of sexual activity in cross-sex friendships. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 205–222.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. S., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Allen, E. S., Baucom, D. H., Burnett, C. K., Epstein, N., & Rankin-Esquer, L. A. (2001). Decision-making power, autonomy, and communication in remarried spouses compared with first-married spouses. *Family Relations, 50,* 326–334.

Allen, K. R., & Walker, A. J. (2000). Qualitative research. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 19–30). Thousand Oaks, CA: Sage.

Altman, I. (1975). The environment and social behavior: Privacy * personal space * territory * crowding. Monterey, CA: Brooks/Cole.

Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships.* New York: Holt, Rinehart & Winston.

Altman, I., Vinsel, A., & Brown, B. B. (1981). Dialectic conceptions in social psychology: An application to social penetration and privacy regulation. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 14, pp. 107–160). New York: Academic Press.

Amato, P. R. (1999). Children of divorced parents as young adults. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage* (pp. 147–164). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1269–1287.

Andersen, B. L., Cyranowski, J. M., & Aarestad, S. (2000). Beyond artificial, sex-linked distinctions to conceptualize female sexuality: Comment on Baumeister (2000). *Psychological Bulletin, 126,* 380–384.

Andersen, P. A., & Guerrero, L. K. (1998). *Handbook of communication and emotion: Research, theory, applications, and contexts.* San Diego: Academic Press.

Anderson, E. R., Greene, S. M., Hetherington, E. M., & Clingempeel, W. G. (1999). The dynamics of parental remarriage: Adolescent, parent, and sibling influences. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage* (pp. 295–319). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Argyle, M., & Dean, J. (1965). Eye contact, distance, and affiliation. *Sociometry, 28,* 289–304.

Aries, E. (1996). *Men and women in interaction: Reconsidering the differences.* New York: Oxford University Press.

Aron, A., Dutton, D. G., Aron, E. N., & Iverson, A. (1989). Experiences of falling in love. *Journal of Social and Personal Relationships, 6,* 243–257.

Aron, A., & Westbay, L. (1996). Dimensions of the prototype of love. *Journal of Personality and Social Psychology, 70,* 535–551.

Aron, E. N., & Aron, A. (1996). Love and expansion of the self: The state of the model. *Personal Relationships, 3,* 45–58.

Aronson, E., Willerman, B., & Floyd, J. (1966). The effect of a pratfall on increasing interpersonal attractiveness. *Psychonomic Science, 4,* 227–228.

Arriaga, X. B. (2001). The ups and downs of dating: Fluctuations in satisfaction in newly formed romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 80,* 754–765.

Barbara, A. M., & Dion, K. L. (2000). Breaking up is hard to do, especially for strongly "preoccupied" lovers. *Journal of Personal and Interpersonal Loss, 5,* 315–342.

Barbee, A. P., & Cunningham, M. R. (1995). An experimental approach to social support communications: Interactive coping in close relationships. *Communication Yearbook, 18,* 381–413.

Barber, B. L., & Eccles, J. S. (1992). Long-term influence of divorce and single parenting on adolescent family-and work-related values, behaviors, and aspirations. *Psychological Bulletin, 111,* 108–126.

Bargh, J. A., & Chartrand, T. L. (1999). The unbearable automaticity of being. *American Psychologist, 54,* 462–479.

Barnes, M. K., Harvey, J. H., Carlson, H., & Haig, J. (1996). The relativity of grief: Differential adaptation reactions of younger and older persons. *Journal of Personal and Interpersonal Loss, 1,* 375–392.

Barnett, R. C., & Hyde, J. S. (2001). Women, men, work, and family: An expansionist theory. *American Psychologist, 56,* 781–796.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships, 7,* 147–178.

Bartsch, N. (2001). Gender role, entitlement, disclosure, and silencing the self: Factors in romantic relationships. Unpublished manuscript, Texas Tech University, Lubbock, TX.

Battaglia, D. M., Richard, F. D., Datteri, D. L., & Lord, C. G. (1998). Breaking up is (relatively) easy to do: A script for the dissolution of close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 829–845.

Baumeister, R. F. (2000). Gender differences in erotic plasticity: The female sex drive as socially flexible and responsive. *Psychological Bulletin, 126,* 347–374.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117,* 497–529.

Baumeister, R. F., & Wotman, S. R. (1992). *Breaking hearts: The two sides of unrequited love.* New York: Guilford.

Baumeister, R. F., Catanese, K. R., Campbell, W. K., & Tice, D. M. (2000). Nature, culture, and explanations for erotic plasticity: Reply to Andersen, Cyranowski, and Aarestad (2000) and Hyde and Durik (2000). *Psychological Bulletin, 126,* 385–389.

Baumeister, R. F., Wotman, S. R., & Stillwell, A. M. (1993). Unrequited love: On heartbreak, anger, guilt, scriptlessness, and humiliation. *Journal of Personality and Social Psychology, 64,* 377–394.

Baxter, L. A., & Erbert, L. A. (1999). Perceptions of dialectical contradictions in turning points of development in heterosexual romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 547–569.

Baxter, L. A., & Montgomery, B. M. (1996). *Relating: Dialogue and dialectics.* New York: Guilford.

Baxter, L. A., Braithwaite, D. O., & Nicholson, J. H. (1999). Turning points in the development of blended families. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 291–313.

Baxter, L. A., Mazanec, M., Nicholson, J., Pittman, G., Smith. K., & West, L. (1997). Everyday loyalties and betrayals in personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 14,* 655–678.

Becker, P. E., & Moen, P. (1999). Scaling back: Dual-earner couples' work-family strategies. *Journal of Marriage and the Family, 61,* 995–1007.

Berg, J. H., & Derlega, V. J. (1987). Themes in the study of self-disclosure. In V. J. Derlega & J. H. Berg (Eds.), *Self-disclosure: Theory, research and therapy* (pp. 1–8). New York: Plenum.

Bernard, J. (1972). *The future of marriage.* New York: World.

Berscheid, E. (1988). Some comments on love's anatomy: Or whatever happened to old-fashioned lust? In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 359–374). New Haven, CT: Yale University Press.

Berscheid, E., & Meyers, S. A. (1996). A social categorical approach to a question about love. *Personal Relationships, 3,* 19–43.

Berscheid, E., & Walster, E. (1978). *Interpersonal attraction* (2nd ed.). Reading, MA: Addison-Wesley.

Berscheid, E., Dion, K., Walster, E., & Walster, G. W. (1971). Physical attractiveness and dating choice: A test of the matching hypothesis. *Journal of Experimental Social Psychology, 7,* 173–189.

Berzon, B. (1988). *Permanent partners: Building gay and lesbian relationships that last.* New York: Plume.

Bettor, L., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1995). Gender and sexual standards in dating relationships. *Personal Relationships, 2,* 359–369.

Blau, P. M. (1964). *Exchange and power in social life.* New York: Wiley.

Bleske, A. L., & Buss, D. M. (2000). Can men and women be just friends? *Personal Relationships, 7,* 131–151.

Blieszner, R. (2000). Close relationships in old age. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 85–95). Thousand Oaks, CA: Sage.

Blieszner, R., & Adams, R. G. (1992). *Adult friendship.* Newbury Park, CA: Sage.

Bloom, B. L., Asher, S. J., & White, S. W. (1978). Marital disruption as a stressor: A review and analysis. *Psychological Bulletin, 85,* 867–894.

Blumstein, P., & Schwartz, P. (1983). *American couples.* New York: Morrow.

Boekhout, B. (1997). Extrarelationship involvement: Perceptions, disclosures, and consequences. Unpublished manuscript, Texas Tech University, Lubbock, TX.

Boekhout, B., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2000). *The loss of loved ones: The impact of relationship infidelity.* In J. H. Harvey & E. D. Miller (Eds.), *Loss and trauma: General and close relationship perspectives* (pp. 358–374). Philadelphia: Brunner-Routledge.

Bohannan, P. (1984). *All the happy families: Exploring the varieties of family life.* New York: McGraw-Hill.

Bohannan, P. (Ed.). (1970). *Divorce and after.* Garden City, NY: Doubleday.

Bolger, N., Delongis, A., Kessler, R. C., & Wethington, E. (1989). The contagion of stress across multiple roles. *Journal of Marriage and the Family, 51,* 175–183.

Boon, S. D. (1994). Dispelling doubt and uncertainty: Trust in romantic relationships. In S. Duck (Ed.), *Dynamics of relationships* (pp. 86–111). Thousand Oaks, CA: Sage.

Boon, S. D., & McLeod, B. A. (2001). Deception in romantic relationships: Subjective estimates of success at deceiving and attitudes toward deception. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 463–476.

Booth, A., & Amato, P. R. (1994). Parental gender role nontraditionalism and offspring outcomes. *Journal of Marriage and the Family, 56,* 865–877.

Booth, A., & Amato, P. R. (2001). Parental predivorce relations and offspring postdivorce well-being. *Journal of Marriage and the Family, 63,* 197–212.

Booth, A., & Edwards, J. N. (1992). Starting over: Why remarriages are more unstable. *Journal of Family Issues, 13,* 179–194.

Bowlby J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis, 39,* 350–373.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol.1. Attachment.* New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger.* New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss.* New York: Basic Books.

Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1988). Individual difference variables in close relationships: A contextual model of marriage as an integrative framework. *Journal of Personality and Social Psychology, 54,* 713–721.

Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1989). Behavior and satisfaction in marriage: Prospective mediating processes. In C. Hendrick (Ed.), *Close relationships* (pp. 119–143). Newbury Park, CA: Sage.

Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1992). Attributions and behavior in marital interaction. *Journal of Personality and Social Psychology, 63,* 613–628.

Braiker, H. B., & Kelley, H. H. (1979). Conflict in the development of close relationships. In R. L. Burgess & T. L. Huston (Eds.), *Social exchange in developing relationships* (pp. 135–168). New York: Academic Press.

Bray, J. H. (1999). From marriage to remarriage and beyond: Findings from the developmental issues in stepfamilies research project. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage* (pp. 253–271). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Brennan, R. T., Barnett, R. C., & Gareis, K. C. (2001). When she earns more than he does: A longitudinal study of dual-earner couples. *Journal of Marriage and the Family, 63,* 168–182.

Brickman, P. (1974). Rule structures and conflict relationships. In P. Brickman (Ed.), *Social conflict.* Lexington, MA: D. C. Heath.

Brock, D. M., Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Pierce, G. R. (1996). Simultaneous assessment of perceived global and relationship-specific support. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 143–152.

Bumpass, L., Sweet, J., & Castro Martin, T. (1990). Changing patterns of remarriage. *Journal of Marriage and the Family, 52,* 747–756.

Burleson, B. R., & Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skills and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family, 59,* 884–902.

Burleson, B. R., & Goldsmith, D. J. (1998). How the comforting process works: Alleviating emotional distress through conversationally induced reappraisals. In P. A. Andersen & L. K. Guerrero (Eds.), *Handbook of communication and emotion: Research, theory, applications, and contexts* (pp. 245–280). San Diego: Academic Press.

Burleson, B. R., Kunkel, A. W., Samter, W., & Werking, K. J. (1996). Men's and women's evaluations of communication skills in personal relationships: When sex differences make a difference—and when they don't. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 201–224.

Burleson, B. R., Metts, S., & Kirch, M. W. (2000). Communication in close relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 245–258). Thousand Oaks, CA: Sage.

Burman, B., & Margolin, G. (1992). Analysis of the association between marital relationships and health problems: An interactional perspective. *Psychological Bulletin, 112,* 39–63.

Burns, A., & Dunlop, R. (1998). Parental divorce, parent-child relations, and early adult relationships: A longitudinal Australian study. *Personal Relationships, 5,* 393–407.

Buss, D. M. (1988). Love acts: The evolutionary biology of love. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 100–117). New Haven, CT: Yale University Press.

Buss, D. M. (1995). Evolutionary psychology: A new paradigm for psychological science. *Psychological Inquiry, 6,* 1–30.

Buss, D. M. (1994). *The evolution of desire.* New York: Basic Books.

Buss, D. M. (1999). *Evolutionary psychology: The new science of the mind.* Boston: Allyn & Bacon.

Buss, D. M., & Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology, 50,* 559–570.

Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D., & Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology, and psychology. *Psychological Science, 3,* 251–255.

Buss, D. M., & Schmitt, D. P. (1993). Sexual strategies theory: An evolutionary perspective on human mating. *Psychological Review, 100,* 204–232.

Buunk, B. P. (1995). Sex, self-esteem, dependency, and extradyadic sexual experiences as related to jealousy responses. *Journal of Social and Personal Relationships, 12,* 147–153.

Buunk, B. P., & Dijkstra, P. (2000). Extradyadic relationships and jealousy. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 317–329). Thousand Oaks, CA: Sage.

Buunk, B. P., & Mutsaers, W. (1999). Equity perceptions and marital satisfaction in former and current marriage: A study among the remarried. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 123–132.

Byers, E. S., Demmons, S., & Lawrance, K. (1998). Sexual satisfaction within dating relationships: A test of the interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 257–267.

Byers, E. S., & Lewis, K. (1988). Dating couples' disagreements over the desired level of sexual intimacy. *Journal of Sex Research, 24,* 15–29.

Byrne, D. (1969). Attitudes and attraction. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 4, pp. 35–89). New York: Academic Press.

Byrne, D. (1971). *The attraction paradigm.* New York: Academic Press.

Byrne, D. (1997). An overview (and underview) of research and theory within the Attraction paradigm. *Journal of Social and Personal Relationships, 14,* 417–431.

Byrne, D., & Nelson, D. (1965). Attraction as a linear function of proportion of positive reinforcements. *Journal of Personality and Social Psychology, 1,* 659–663.

Call, V., Sprecher, S., & Schwartz, P. (1995). The incidence and frequency of marital sex in a national sample. *Journal of Marriage and the Family, 57,* 639–652.

Canary, D. J., Cunningham, E. M., & Cody, M. J. (1988). Goal types, gender, and locus of control in managing interpersonal conflict. *Communication Research, 15,* 426–446.

Canary, D. J., Cupach, W. R., & Messman, S. J. (1995). *Relationship conflict.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Canary, D. J., & Emmers-Sommer, T. M. (1997). *Sex and gender differences in personal relationships.* NewYork: Guilford.

Canary, D. J., Stafford, L., & Semic, B. A. (2002). A panel study of the associations between maintenance strategies and relational characteristics. *Journal of Marriage and Family, 64,* 395–406.

Cash, T. F., & Derlega, V. J. (1978). The matching hypothesis: Physical attractiveness among same-sexed friends. *Personality and Social Psychology Bulletin, 4,* 240–243.

Cate, R. M., Huston, T. L., & Nesselroade, J. R. (1986) Premarital relationships: Toward the identification of alternative pathways to marriage. *Journa of Social and Clinical Psychology, 4,* 3–22.

Cate, R. M., Levin, L. A., & Richmond, L. S. (2002) Premarital relationship stability: A review of recent research. *Journal of Social and Personal Relationships, 19,* 261–284.

Cate, R. M., & Lloyd, S. A. (1988). Courtship. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 409–427). New York: Wiley.

Cate, R. M., & Lloyd, S. A. (1992). *Courtship.* Newbury Park, CA: Sage.

Caughlin, J. P., & Vangelisti, A. L. (2000). An individual difference explanation of why married couples engage in the demand/withdraw pattern of conflict. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 523–551.

Charny, I. W., & Parnass, S. (1995). The impact of extramarital relationships on the continuation of marriages. *Journal of Sex and Marital Therapy, 21,* 100–115.

Cho, W., & Cross, S. E. (1995). Taiwanese love styles and their association with self-esteem and relationship quality. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs, 121,* 283–309.

Choice, P., & Lamke, L. K. (1999). Stay/leave decision-making processes in abusive dating relationships. *Personal Relationships, 6,* 351–367.

Christopher, F. S. (2001). *To dance the dance: A symbolic interactional exploration of premarital sexuality.* Mahwah, NJ: Erlbaum.

Christopher, F. S., & Lloyd, S. A. (2000). Physical and sexual aggression in relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 331–343). Thousand Oaks, CA: Sage.

Christopher, F. S., & Roosa, M. W. (1991). Factors affecting sexual decisions in the premarital relationships of adolescents and young adults. In K. McKinney & S. Sprecher (Eds.), *Sexuality in close relationships* (pp. 111–133). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Christopher, F. S., & Sprecher, S. (2000). Sexuality in marriage, dating, and other relationships: A decade review. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 999–1017.

Clark, M. S., & Mills, J. (1979). Interpersonal attraction in exchange and communal relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 37,* 12–24.

Clark, M. S., Mills, J., & Powell, M. C. (1986). Keeping track of needs in communal and exchange relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 51,* 333–338.

Clements, M. L., Cordova, A. D., Markman, H. J., & Laurenceau, J.-P. (1997). The erosion of marital satisfaction over time and how to prevent it. In R. J. Stemberg & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in close relationships* (pp. 335–355). New York: Guilford.

Cohan, C. L., & Kleinbaum, S. (2002). Toward a greater understanding of the cohabitation effect: Premarital cohabitation and marital communication. *Journal of Marriage and Family, 64,* 180–192.

Cole, C. L., & Cole, A. L. (1999). Marriage enrichment and prevention really works: Interpersonal competence training to maintain and enhance relationships. *Family Relations, 48,* 273–275.

Cole, T., & Bradac, J. J. (1996). A lay theory of relational satisfaction with best friends. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 57–83.

Coleman, M., Fine, M. A., Ganong, L. H., Downs, K. J. M., & Pauk, N. (2001). When you're not the Brady Bunch: Identifying perceived conflicts and resolution strategies in stepfamilies. *Personal Relationships, 8,* 55–73.

Coleman, M., Ganong, L., & Fine, M. (2000). Reinvestigating remarriage: Another decade of progress. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1288–1307.

Collins, W. A., & Laursen, B. (2000). Adolescent relationships: The art of fugue. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 59–69). Thousand Oaks, CA: Sage.

Coltrane, S. (2000). Research on household labor: Modeling and measuring the social embeddedness of routine family work. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1208–1233.

Contreras, R., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1996). Perspectives on marital love and satisfaction in Mexican American and Anglo couples. *Journal of Counseling and Development, 74,* 408–415.

Cooper, A., & Sportolari, L. (1997). Romance in cyberspace: Understanding online attraction. *Journal of Sex Education and Therapy, 22,* 7–14.

Coontz, S. (1992). *The way we never were: American families and the nostalgia trap.* New York: Basic Books.

Correia, K. M. (2000). Suicide assessment in a prison environment: A proposed protocol. *Criminal Justice and Behavior, 27,* 581–599.

Crowder, K. D., & Tolnay, S. E. (2000). A new marriage squeeze for black women: The role of racial intermarriage by black men. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 792–807.

Cunningham, M. R., & Barbee, A. P. (2000). Social support. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 273–285). Thousand Oaks, CA: Sage.

Cunningham, M. R., Roberts, A. R., Barbee, A. P., Druen, P. B., & Wu, C. H. (1995). "Their ideas of beauty are, on the whole, the same as ours": Consistency and variability in the cross-cultural perception of female physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology, 68,* 261–279.

Cupach, W. R. (2000). Advancing understanding about relational conflict. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 697–703.

Cupach, W. R., & Comstock, J. (1990). Satisfaction with sexual communication in marriage: Links to sexual satisfaction and dyadic adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships, 7,* 179–186.

Cupach, W. R., & Metts, S. (1991). Sexuality and communication in close relationships. In K. McKinney & S. Sprecher (Eds.), *Sexuality in close relationships* (pp. 93–110). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Cupach, W. R., & Metts, S. (1995). The role of sexual attitude similarity in romantic heterosexual relationships. *Personal Relationships, 2,* 287–300.

Cutrona, C. E. (1996). *Social support in couples.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Cutrona, C. E., Hessling, R. M., & Suhr, J. A. (1997). The influence of husband and wife personality on marital social support interactions. *Personal Relationships, 4,* 379–393.

Cutrona, C. E., & Suhr, J. A. (1992). Controllability of stressful events and satisfaction with spouse support behaviors. *Communication Research, 19,* 154–176.

Cyranowski, J. M., & Andersen, B. L. (1998). Schemas, sexuality, and romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 74,* 1364–1379.

Daher, D. M., & Banikiotes, P. G. (1976). Interpersonal attraction and rewarding aspects of disclosure content and level. *Journal of Personality and Social Psychology, 33,* 492–496.

Daigen, V., & Holmes, J. G. (2000). Don't interrupt! A good rule for marriage? *Personal Relationships, 7,* 185–201.

Dainton, M., & Stafford, L. (1993). Routine maintenance behaviors: A comparison of relationship type, partner similarity and sex differences. *Journal of Social and Personal Relationships, 10,* 255–271.

Davis, J. L., & Rusbult, C. E. (2001). Attitude alignment in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 81,* 65–84.

Davis, K. E., & Latty-Mann, H. (1987). Love styles and relationship quality: A contribution to validation. *Journal of Social and Personal Relationships, 4,* 409–428.

Deater-Deckard, K., & Dunn, J. (1999). Multiple risks and adjustment in young children growing up in different family settings: A British community study of stepparent, single mother, and nondivorced families. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage* (pp. 47–64). Mahwah, NJ: Erlbaum.

DeGarmo, D. S., & Forgatch, M. S. (1997). Confidant support and maternal distress: Predictors of parenting practices for divorced mothers. *Personal Relationships, 4,* 305–317.

DeLamater, J. (1989). The social control of human sexuality. In K. McKinney & S. Sprecher (Eds.), *Human sexuality: The societal and interpersonal context* (pp. 30–62). Norwood, NJ: Ablex.

DeMaris, A. (1997). Elevated sexual activity in violent marriages: Hypersexuality or sexual extortion? *Journal of Sex Research, 34,* 361–373.

DeMaris, A. (2001). The influence of intimate violence on transitions out of cohabitation. *Journal of Marriage and the Family, 63,* 235–246.

DeMaris, A., & Rao, K. V. (1992). Premarital cohabitation and subsequent marital stability in the United States: A reassessment. *Journal of Marriage and the Family, 54,* 178–190.

DeMaris, A., & Swinford, S. (1996). Female victims of spousal violence: Factors influencing their level of fearfulness. *Family Relations, 45,* 98–106.

Demo, D. H., & Allen, K. R. (1996). Diversity within lesbian and gay families: Challenges and implications for family theory and research. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 415–434.

Derlega, V. J., Metts, S., Petronio, S., & Margulis, S. T. (1993). *Self-disclosure.* Newbury Park, CA: Sage.

DeSteno, D., Bartlett, M. Y., Braverman, J., & Salovey, P. (2002). Sex differences in jealousy: Evolutionary mechanism or artifact of measurement? *Journal of Personality and Social Psychology, 83,* 1103–1116.

de Waal, F. B. M. (2002). Evolutionary psychology: The wheat and the chaff. *Current Directions in Psychological Science, 11,* 187–191.

Diamond, L. M. (2001). Contributions of psychophysiology to research on adult attachment: Review and recommendations. *Personality and Social Psychology Review, 5,* 276–295.

Dickens, W. J., & Perlman, D. (1981). Friendship over the life-cycle. In S. Duck & R. Gilmour (Eds.), *Personal relationships 2: Developing personal relationships* (pp. 91–122). London: Academic Press.

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist, 55,* 34–43.

Dijkstra, P., Groothof, H. A. K., Poel, G. A., Laverman, T. T. G., Schrier, M., & Buunk, B. P. (2001). Sex differences in the events that elicit jealousy among homosexuals. *Personal Relationships, 8,* 41–54.

Dindia, K. (1997). Self-disclosure, self-identity, and relationship development: A transactional/dialectical perspective. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (2nd ed.) (pp. 411–426). New York: Wiley.

Dindia, K. (2000). Relational maintenance. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 287–299). Thousand Oaks, CA: Sage.

Dindia, K., & Allen, M. (1992). Sex-differences in self-disclosure: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 112,* 106–124.

Dion, K. (1977). The incentive value of physical attractiveness for young children. *Personality and Social Psychology Bulletin, 3,* 67–70.

Dion, K., Berscheid, E., & Walster, E. (1972). What is beautiful is good. *Journal of Personality and Social Psychology, 24,* 285–290.

Drigotas, S. M., & Rusbult, C. E. (1992). Should I stay or should I go? A dependence model of breakups. *Journal of Personality and Social Psychology, 62,* 62–87.

Drigotas, S. M., Rusbult, C. E., & Verette, J. (1999). Level of commitment, mutuality of commitment, and couple well-being. *Personal Relationships, 6,* 389–409.

Duck, S. (1982). A topography of relationship disengagement and dissolution. In S. Duck (Ed.), *Personal relationships 4: Dissolving personal relationships* (pp. 1–30). New York: Academic Press.

Duck, S. (1984). A perspective on the repair of personal relationships. Repair of what, when? In S. Duck (Ed.), *Personal relationships 5: Repairing personal relationships* (pp. 163–184). New York: Academic Press.

Duck, S. (1994). Steady as (s)he goes: Relational maintenance as a shared meaning system. In D. J. Canary & L. Stafford (Eds.), *Communication and relational maintenance* (pp. 45–60). San Diego: Academic Press.

Duck, S. (Ed.). (1997). *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (2nd ed.). New York: Wiley.

Duck, S., & Montgomery, B. M. (1991). The interdependence among interaction substance, theory, and methods. In B. M. Montgomery & S. Duck (Eds.), *Studying interpersonal interaction* (pp. 3–15). New York: Guilford.

Duck, S., & Sants, H. (1983). On the origins of the specious: Are personal relationships really interpersonal states? *Journal of Social and Clinical Psychology, 1,* 27–41

Duck, S., & Wood, J. T. (1995). For better, for worse, for richer, for poorer: The rough and the smooth of relationships. In S. Duck & J. T. Wood (Eds.), *Confronting relationship challenges.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Dugan, E., & Kivett, V. R. (1998). Implementing the Adams and Blieszner conceptual model: Predicting interactive friendship processes of older adults. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 607–622.

Dutton, D. G., & Aron, A. P. (1974). Some evidence for heightened sexual attraction under conditions of high anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology, 30,* 510–517.

Eagly, A. H., & Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior. *American Psychologist, 54,* 408–423.

Ebbesen, E. B., Kjos, G. L., & Konecni, V. J. (1976). Spatial ecology: Its effects on the choice of friends and enemies. *Journal of Experimental Social Psychology, 12,* 505–518.

Ekman, P., Friesen, W. V., & Ancoli, S. (1980). Facial signs of emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology, 39,* 1125–1134.

Ekman, P., Friesen, W. V., & Tomkins, S. S. (1971). Facial affect scoring technique: A first validity study. *Semiotica, 3,* 37–58.

Eldridge, N. S., & Gilbert, L. A. (1990). Correlates of relationship satisfaction in lesbian couples. *Psychology of Women Quarterly, 14,* 43–62.

Emery R. E., Laumann-Billings, L., Waldron, M. C., Sbarra, D. A., & Dillon, P. (2001). Child custody mediation and litigation: Custody, contact, and coparenting 12 years after initial dispute resolution. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69,* 323–332.

Erber, R., & Erber, M. W. (2001). *Intimate relationships: Issues, theories, and research.* Boston: Allyn & Bacon.

Erbert, L. A. (2000). Conflict and dialectics: Perceptions of dialectical contradictions in marital conflict. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 638–659.

Falbo, T., & Peplau, L. A. (1980). Power strategies in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 38,* 618–628.

Fast, J. (1970). *Body language.* New York: M. Evans.

Feeney, J. A. (1999). Issues of closeness and distance in dating relationships: Effects of sex and attachment style. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 571–590.

Feeney, J. A., & Noller, P. (1996). *Adult attachment.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Feeney, J. A., Noller, P., & Roberts, N. (2000). Attachment and close relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 185–201). Thousand Oaks, CA: Sage.

Fehr, B. (1988). Prototype analysis of the concepts of love and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology, 5,* 557–579.

Fehr, B. (1993). How do I love thee? Let me consult my prototype. In S. Duck (Ed.), *Individuals in relationships* (pp. 87–120). Newbury Park, CA: Sage.

Fehr, B. (1996). *Friendship processes*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Fehr, B. (2000). The life cycle of friendship. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 71–82). Thousand Oaks, CA: Sage.

Fehr, B., & Broughton, R. (2001). Gender and personality differences in conceptions of love: An interpersonal theory analysis. *Personal Relationships, 8*, 115–136.

Fehr, B., & Russell, J. A. (1991). The concept of love viewed from a prototype perspective. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 425–438.

Feingold, A. (1988). Matching for attractiveness in romantic partners and same-sex friends: A meta-analysis and theoretical critique. *Psychological Bulletin, 104*, 226–235.

Feingold, A. (1992). Gender differences in mate selection preferences: A test of the parental investment model. *Psychological Bulletin, 112*, 125–139.

Felmlee, D. H. (1995). Fatal attractions: Affection and disaffection in intimate relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 12*, 295–311.

Felmlee, D. H. (1998). "Be careful what you wish for . . .": A quantitative and qualitative investigation of "fatal attractions." *Personal Relationships, 5*, 235–253.

Field, N. P., Hart, D., & Horowitz, M. J. (1999). Representations of self and other in conjugal bereavement. *Journal of Social and Personal Relationships, 16*, 407–414.

Field, N. P., & Sundin, E. C. (2001). Attachment style in adjustment to conjugal bereavement. *Journal of Social and Personal Relationships, 18*, 347–361.

Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Kemp-Fincham, S. I. (1997). Marital quality: A new theoretical perspective. In R. J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in close relationships* (pp. 275–304). New York: Guilford.

Fincham, F. D., Beach, S., & Nelson, G. (1987). Attribution processes in distressed and nondistressed couples: 3. Causal and responsibility attributions for spouse behavior. *Cognitive Therapy and Research, 11*, 71–86.

Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1993). Marital satisfaction, depression, and attributions: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 442–452.

Fincham, F. D., Paleari, F. G., & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships, 9*, 27–37.

Fine, M. A. (2000). Divorce and single parenting. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 139–152). Thousand Oaks, CA: Sage.

Fine, M. A., Coleman, M., & Ganong, L. H. (1999). A social constructionist multi-method approach to understanding the stepparent role. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage* (pp. 273–294). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Finkel, E. J., Rusbult, C. E., Kumashiro, M., & Hannon, P.A. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 956–974.

Finkenauer, C., & Hazam, H. (2000). Disclosure and secrecy in marriage: Do both contribute to marital satisfaction? *Journal of Social and Personal Relationships, 17*, 245–263.

Fitzgerald, N. M., & Surra, C. A. (1981). Studying the development of dyadic relationships: Explorations into a retrospective interview technique. Paper presented at the National Council on Family Relations Pre-Conference Workshop on Theory and Methodology, Milwaukee, WI.

Fitzpatrick, M. A. (1987). Marriage and verbal intimacy. In V. J. Derlega & J. H. Berg (Eds.), *Self-disclosure: Theory, research and therapy* (pp. 131–154). New York: Plenum.

Fitzpatrick, J., & Sollie, D. L. (1999). Unrealistic gendered and relationship-specific beliefs: Contributions to investments and commitment in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 16*, 852–867.

Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*, 340–354

Flora, J., & Segrin, C. (2000). Relationship development in dating couples: Implications for relational satisfaction and loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships, 17*, 811–825.

Foa, U.G., Converse, Jr., J., Törnblom, K.Y., & Foa, E.B. (Eds.). (1993). *Resource theory: Explorations and applications*. San Diego: Academic Press.

Folkes, V. S., & Sears, D. O. (1977). Does everybody like a liker? *Journal of Experimental Social Psychology, 13,* 505–519.

Foot, H. C., Smith, J. R., & Chapman, A. J. (1979). Non-verbal expressions of intimacy in children. In M. Cook & G. Wilson (Eds.), *Love and attraction*. Oxford, England: Pergamon.

Ford, C. S., & Beach, F. A. (1951). *Patterns of sexual behavior*. New York: Harper & Row.

Fox, G. L., & Murry, V. M. (2000). Gender and families: Feminist perspectives and family research. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1160–1172.

Frank, E., & Brandstätter, V. (2002). Approach versus avoidance: Different types of commitment in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 82,* 208–221.

Frazier, P., Arikian, N., Benson, S., Losoff, A., & Maurer, S. (1996). Desire for marriage and life satisfaction among unmarried heterosexual adults. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 225–239.

Frazier, P. A., & Cook, S. W. (1993). Correlates of distress following heterosexual relationship dissolution. *Journal of Social and Personal Relationships, 10,* 55–67

French, J. R. P., & Raven, B. (1960). The bases of social power. In D. Cartwright & A. Zander (Eds.), *Group dynamics: Research and theory* (2nd ed.) (pp. 607–623). New York: Harper & Row.

Friedman, H. S., Riggio, R. E., & Casella, D. F. (1988). Nonverbal skill, personal charisma, and initial attraction. *Personality and Social Psychology Bulletin, 14,* 203–211.

Furstenberg, F. F., & Kiernan, K. E. (2001). Delayed parental divorce: How much do children benefit? *Journal of Marriage and the Family, 63,* 446–457.

Gaertner, L., & Foshee, V. (1999). Commitment and the perpetration of relationship violence. *Personal Relationships, 6,* 227–239.

Gaines, S. O., Jr. (1995). Relationships between members of cultural minorities. In J. T. Wood & S. Duck (Eds.), *Under-studied relationships: Off the beaten path* (pp. 51–88). Thousand Oaks, CA: Sage.

Gaines, S. O., Jr., Granrose, C. S., Rios, D. I., Garcia, B. F., Page, M. S., Farris, K. R., & Bledsoe, K. L. (1999). Patterns of attachment and responses to accommodative dilemmas among interethnic/interracial couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 277–287.

Gaines, S. O., Jr., & Liu, J H. (2000). Multicultural/multiracial relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 97–108). Thousand Oaks, CA: Sage.

Gaines, S. O., Jr., Rios, D. I., Granrose, C. S., Bledsoe, K. L., Farris, K. R., Page Youn, M. S., & Garcia, B. F. (1999). Romanticism and interpersonal resource exchange among African American-Anglo and other interracial couples. *Journal of Black Psychology, 25,* 461–489.

Ganong, L. H., & Coleman, M. (1994). *Remarried family relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Ganong, L. H., & Coleman, M. (2000). Remarried families. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 155–168). Thousand Oaks, CA: Sage.

Garcia, S. D., & Rivera, S. M. (1999). Perceptions of Hispanic and African-American couples at the friendship or engagement stage of a relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 65–86.

Garrido, E. F., & Acitelli, L. K. (1999). Relational identity and the division of household labor. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 619–637.

Glass, S. P., & Wright, T. L. (1992). Justifications for extramarital relationships: The association between attitudes, behavior, and gender. *Journal of Sex Research, 29,* 361–387.

Glick, P., & Fiske, S. T. (2001). An ambivalent alliance: Hostile and benevolent sexism as complementary justifications for gender inequality. *American Psychologist, 56,* 109–118.

Goldsmith, D. J., & Dun, S. A. (1997). Sex differences and similarities in the communication of social support. *Journal of Social and Personal Relationships, 14,* 317–337.

Gonzales, M. H., Davis, J.M., Loney, G. L., Lukens, C. K., & Junghans, C. M. (1983). Interactional approach to interpersonal attraction. *Journal of Personality and Social Psychology, 44,* 1192–1197.

Gottman, J. M. (1993a). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of Family Psychology, 7,* 57–75.

Gottman, J. M. (1993b). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61,* 6–15.

Gottman, J. M. (1994). Why marriages succeed or fail. New York: Simon & Schuster.

Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family, 60,* 5–22.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1988). The social psychophysiology of marriage. In P. Noller & M. A. Fitzpatrick (Eds.), *Perspectives on marital interaction* (pp. 182–199). Philadelphia: Multilingual Matters.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 737–745.

Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 927–947.

Gouldner, A. W. (1960). The norm of reciprocity: A preliminary statement. *American Sociological Review, 25,* 161–178.

Greenblat, C. S. (1983). The salience of sexuality in the early years of marriage. *Journal of Marriage and the Family, 45,* 289–299.

Grote, N. K., & Clark, M. S. (2001). Perceiving unfairness in the family: Cause or consequence of marital distress? *Journal of Personality and Social Psychology, 80,* 281–293.

Grote, N. K., & Frieze, I. H. (1994). The measurement of friendship-based love in intimate relationships. *Personal Relationships, 1,* 275–300.

Grote, N. K., & Frieze, I. H. (1998). "Remembrance of things past": Perceptions of marital love from its beginnings to the present. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 91–109.

Guerrero, L. K. (1997). Nonverbal involvement across interactions with same-sex friends, opposite-sex friends and romantic partners: Consistency or change? *Journal of Social and Personal Relationships, 14,* 31–58.

Gurung, R. A. R., & Duong, T. (1999). Mixing and matching: Assessing the concomitants of mixed-ethnic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 639–657.

Gurung, R. A. R., Sarason, B. R., & Sarason, I. G. (1997). Personal characteristics, relationship quality, and social support perceptions and behavior in young adult romantic relationships. *Personal Relationships, 4,* 319–339.

Haas, S. M., & Stafford, L. (1998). An initial examination of maintenance behaviors in gay and lesbian relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 846–855.

Hahn, J., & Blass, T. (1997). Dating partner preferences: A function of similarity of love styles. *Journal of Social Behavior and Personality, 12,* 595–610.

Halford, W. K., Hahlweg, K., & Dunne, M. (1990). The cross-cultural consistency of marital communication associated with marital distress. *Journal of Marriage and the Family, 52,* 487–500.

Hall, E. T. (1966). *The hidden dimension*. New York: Doubleday.

Hammer, L. B., Allen, E., & Grigsby, T. D. (1997). Work-family conflict in dual-earner couples: Within-individual and crossover effects of work and family. *Journal of Vocational Behavior, 50,* 185–203.

Hansson, R. O., & Hayslip, B. (2000). Widowhood in later life. In J. H. Harvey & E. D. Miller (Eds.), *Loss and trauma: General and close relationship perspectives* (pp. 345–357). Philadelphia: Brunner-Routledge.

Harlow, H. F. (1974). *Learning to love*. New York: Jason Aronson.

Harlow, H. F., & Harlow, M. K. (1966). Learning to love. *Scientific American, 54,* 244–272.

Harlow, H. F., & Harlow, M. K. (1970). The young monkeys. In P. Cramer (Ed.), *Readings in developmental psychology today*. Del Mar, CA: CRM Books.

Hart, S. (2001). *Preventing sibling rivalry*. New York: Free Press.

Harter, S., Waters, P. L., Pettitt, L. M., Whitesell, N., & Kofkin, J. (1997). Autonomy and connectedness as dimensions of relationship styles in men and women. *Journal of Social and Personal Relationships, 14,* 147–164.

Harvey, J. H., & Hansen, A. M. (2000). Loss and bereavement in close romantic relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 359–370). Thousand Oaks, CA: Sage.

Harvey, J. H., Hendrick, S. S., & Tucker, K. L. (1988). Self-report methods in studying close relationships. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 99–113). New York: Wiley.

Harvey, J. H., & Omarzu, J. (1997). Minding the close relationship. *Personality and Social Psychology Review, 1,* 224–240.

Harvey, J. H., Weber, A. L., & Orbuch, T. L. (1990). *Interpersonal accounts: A social psychological perspective*. Cambridge, MA: Basil Blackwell.

Hatfield, E., & Rapson, R. L. (1994). Love and intimacy. In H. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health* (pp. 583–592). San Diego: Academic Press.

Hatfield, E., & Rapson, R. L. (1996). *Love and sex: Cross-cultural perspectives*. Boston: Allyn & Bacon.

Hatfield, E., & Sprecher, S. (1986a). Measuring passionate love in intimate relations. *Journal of Adolescence, 9,* 383–410.

Hatfield, E., & Sprecher, S. (1986b). *Mirror, mirror... The importance of looks in everyday life.* Albany, NY: SUNY Press.

Hatkoff, T. S., & Lasswell, T. E. (1979). Male-female similarities and differences in conceptualizing love. In M. Cook & G. Wilson (Eds.), *Love and attraction: An international conference* (pp. 221–227). Oxford, England: Pergamon.

Hayashi, G. M., & Strickland, B. R. (1998). Long-term effects of parental divorce on love relationships: Divorce as attachment disruption. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 23–38.

Hays, R. B. (1984). The development and maintenance of friendship. *Journal of Social and Personal Relationships, 1,* 75–98.

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52,* 511–524.

Heavey, C. L., Christensen, A., & Malamuth, N. M. (1995). The longitudinal impact of demand and withdrawal during marital conflict. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 63,* 797–801.

Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. New York: Wiley.

Hendrick, C., & Brown, S. R. (1971). Introversion, extraversion, and interpersonal attraction. *Journal of Personality and Social Psychology, 20,* 31–36.

Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology, 50,* 392–402.

Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (1990). A relationship specific version of the Love Attitudes Scale. *Journal of Social Behavior and Personality, 5,* 230–254.

Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (Eds.). (2000). *Close relationships: A sourcebook*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Hendrick, C., Hendrick, S. S., & Dicke, A. (1998). The Love Attitudes Scale: Short Form. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 147–159.

Hendrick, S. S. (1981). Self-disclosure and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology, 40,* 1150–1159.

Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family, 50,* 93–98.

Hendrick, S. S. (1995). *Close relationships: What couple therapists can learn*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Hendrick, S. S. (2001). Intimacy and love. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender* (Vol. 1, pp. 633–643). San Diego: Academic Press.

Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment Scale. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 137–142.

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1987). Multidimensionality of sexual attitudes. *Journal of Sex Research, 23,* 502–526.

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1992). *Liking, loving, and relating* (2nd ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1993). Lovers as friends. *Journal of Social and Personal Relationships, 10,* 459–466.

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1995). Gender differences and similarities in sex and love. *Personal Relationships, 2,* 55–65.

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2000). Romantic love. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 203–215). Thousand Oaks, CA: Sage.

Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2002). Linking romantic love and sex: Development of the Perceptions of Love and Sex Scale. *Journal of Social and Personal Relationships 19,* 361–378.

Hendrick, S. S., Hendrick, C., & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology, 54,* 980–988.

Hendrick, S. S., Hendrick, C., Shoemaker, S., & Inman-Amos, J. (1995, June). Relationship attitudes after family divorce. Poster presented at the Annual Conference of the International Network on Personal Relationships, Williamsburg, VA.

Hetherington, E. M. (Ed.). (1999). *Coping with divorce, single parenting, and remarriage.* Mahwah, NJ: Erlbaum.

Holmes, J. G., & Rempel, J. K. (1989). Trust in close relationships. In C. Hendrick (Ed.), *Review of personality and social psychology: Close relationships* (Vol. 10, pp. 187–219). Newbury Park, CA: Sage.

Holtzworth-Munroe, A. (2000). A typology of men who are violent toward their female partners: Making sense of the heterogeneity in husband violence. *Current Directions in Psychological Science, 9,* 140–143.

Holtzworth-Munroe, A., Stuart, G. L., Sandin, E., Smutzler, N., & McLaughlin, W. (1997). Comparing the social support behaviors of violent and nonviolent husbands during discussions of wife personal problems. *Personal Relationships, 4,* 395–412.

Homans, G. C. (1961). *Social behavior: Its elementary forms.* New York: Harcourt, Brace & World.

Horowitz, M. J., Bonanno, G. A., & Holen, A. (1993). Pathological grief: Diagnosis and explanation. *Psychosomatic Medicine, 55,* 260–273.

Howard, J. A., Blumstein, P., & Schwartz, P. (1986). Sex, power, and influence tactics in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 51,* 102–109.

Howard, J. W., & Dawes, R. M. (1976). Linear prediction of marital happiness. *Personality and Social Psychology Bulletin, 2,* 478–480.

Hrdy, S. B. (1999). *Mother nature: Maternal instincts and how they shape the human species.* New York: Ballantine Books.

Huston, M., & Schwartz, P. (1995). The relationships of lesbians and of gay men. In J. T. Wood & S. Duck (Eds.), *Under-studied relationships: Off the beaten path* (pp. 89–121). Thousand Oaks, CA: Sage.

Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E., & George, L. J. (2001). The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce. *Journal of Personality and Social Psychology, 80,* 237–252.

Hyde, J. S., & Durik, A. M. (2000). Gender differences in erotic plasticity—evolutionary or sociocultural forces? Comment on Baumeister (2000). *Psychological Bulletin, 126,* 375–379.

Ickes, W., & Barnes, R. D. (1978). Boys and girls together—and alienated: On enacting stereotyped sex roles in mixed-sex dyads. *Journal of Personality and Social Psychology, 36,* 669–683.

Ickes, W., Bissonnette, V., Garcia, S., & Stinson, L. (1990). Implementing and using the dyadic interaction paradigm. In C. Hendrick & M. S. Clark (Eds.), *Review of personality and social psychology: Research methods in personality and social psychology* (Vol. 11, pp. 16–44). Newbury Park, CA: Sage.

Inman, C. (1996). Friendships among men: Closeness in the doing. In J. T. Wood (Ed.), *Gendered relationships* (pp. 95–110). Mountain View, CA: Mayfield.

Jacobson, N. S., & Christensen, A. (1996). *Integrative couple therapy: Promoting acceptance and change.* New York: W. W. Norton.

Jacobson, N. S., & Gottman, J. M. (1995). *When men batter women: New insights into ending abusive relationships.* New York: Simon & Schuster.

Jankowiak, W. R., & Fischer, E. F. (1992). A cross-cultural perspective on romantic love. *Ethnology, 31,* 149–155.

Jacquet, S. E., & Surra, C. A. (2001). Parental divorce and premarital couples: Commitment and other relationship characteristics. *Journal of Marriage and the Family, 63,* 627–638.

Johnson, F. L. (1996). Friendships among women: Closeness in dialogue. In J. T. Wood (Ed.), *Gendered relationships* (pp. 79–94). Mountain View, CA: Mayfield.

Johnson, M. P. (1995). Patriarchal terrorism and common couple violence: Two forms of violence against women. *Journal of Marriage and the Family, 57,* 283–294.

Johnson, M. P., Caughlin, J. P., & Huston, T. L. (1999). The tripartite nature of marital commitment: Personal, moral, and structural reasons to stay married. *Journal of Marriage and the Family, 61,* 160–177.

Johnson, M. P., & Ferraro, K. J. (2000). Research on domestic violence in the 1990s: Making distinctions. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 948–963.

Jones, W. H., Hansson, R. O., & Cutrona, C. (1984). Helping the lonely: Issues of intervention with young and older adults. In S. Duck (Ed.), *Personal relationships 5: Repairing personal relationships* (pp. 143–161). New York: Academic Press.

Jones, W. H., Sansone, C., & Helm, B. (1983). Loneliness and interpersonal judgments. *Personality and Social Psychology Bulletin, 9,* 437–441.

Jourard, S. M. (1964). *The transparent self.* Princeton, NJ: Van Nostrand Reinhold.

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin, 118,* 3–34.

Karney, B. R., & Frye, N. E. (2002). "But we've been getting better lately": Comparing prospective and retrospective views of relationship development. *Journal of Personality and Social Psychology, 82,* 222–238.

Kashy, D. A., & Levesque, M. J. (2000). Quantitative methods in close relationships research. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 3–17). Thousand Oaks, CA: Sage.

Kaslow, F. (1993). Attraction and affairs: Fabulous and fatal. *Journal of Family Psychotherapy, 4,* 1–34.

Kaufman, J., & Zigler, E. (1993). The intergenerational transmission of abuse is overstated. In R. J. Gelles & D. R. Loseke (Eds.), *Current controversies on family violence* (pp. 209–221). Newbury Park, CA: Sage.

Keeley, M. P., & Hart, A. J. (1994). Nonverbal behavior in dyadic interactions. In S. Duck (Ed.), *Dynamics of relationships* (pp. 135–162). Thousand Oaks, CA: Sage.

Kelley, H. H. (1979). *Personal relationships: Their structures and processes.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Kenrick, D. T. (1995). Evolutionary theory versus the confederacy of dunces. *Psychological Inquiry, 6,* 56–62.

Kenrick, D. T., & Trost, M. R. (1989). A reproductive exchange model of heterosexual relationships: Putting proximate economics in ultimate perspective. In C. Hendrick (Ed.), *Close relationships* (pp. 92–118). Newbury Park, CA: Sage.

Kenrick, D. T., & Trost, M. R. (1993). The evolutionary perspective. In A. E. Beall & R. J. Sternberg (Eds.), *The psychology of gender* (pp. 148–172). New York: Guilford.

Kerckhoff, A. C., & Davis K. E. (1962). Value consensus and need complementarity in mate selection. *American Sociological Review, 27,* 295–303.

Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin, 127,* 472–503.

Kiecolt-Glaser, J. K., Newton, T., Cacioppo, J. T., MacCallum, R. C., Glaser, R., & Malarkey, W. B. (1996). Marital conflict and endocrine function: Are men really more physiologically affected than women? *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64,* 324–332.

Kinsey, A.C., Pomeroy, W. B., & Martin, C. E. (1948). *Sexual behavior in the human male.* Philadelphia: Saunders.

Kinsey, A. C., Pomeroy, W. B., Martin, C. E., & Gebhard, P. H. (1953). *Sexual behavior in the human female.* Philadelphia: Saunders.

Kirkpatrick, L. E., & Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personal Relationships, 1,* 123–142.

Kirkwood, C. (1993). *Leaving abusive partners: From the scars of survival to the wisdom for change.* Newbury Park, CA: Sage.

Kitson, G. C., & Morgan, L. A. (1990). The multiple consequences of divorce: A decade review. *Journal of Marriage and the Family, 52,* 913–924.

Klein, R. C. A., & Lamm, H. (1996). Legitimate interest in couple conflict. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 619–626.

Kleinke, C. L. (1986). Gaze and eye contact: A research review. *Psychological Bulletin, 100,* 78–100.

Klinetob, N. A., & Smith, D. A. (1996). Demand-withdraw communication in marital interaction: Tests of interspousal contingency and gender role hypotheses. *Journal of Marriage and the Family, 58,* 945–957.

Knee, C. R. (1998). Implicit theories of relationships: Assessment and prediction of romantic relationship initiation, coping, and longevity. *Journal of Personality and Social Psychology, 74,* 360–370.

Knee, C. R., Nanayakkara, A., Victor, N. A., Neighbors, C., & Patrick, H. (2001). Implicit theories of relationships: Who cares if romantic partners are less than ideal? *Personality and Social Psychology Bulletin, 27,* 808–819.

I. A. (1994). Sex and sexuality in later life stages. ı A. S. Rossi (Ed.), *Sexuality across the life ourse* (pp. 287–309). Chicago: University of hicago Press.

t, T., & Prager, K. J. (2001). Daily experiences of ıtimacy: A study of couples. *Personal Relation-ips, 8,* 283–298.

. (2000). A theory of marital sexual life. *Journal f Marriage and the Family, 62,* 363–374.

S. A., & Cate, R. M. (1985). The developmental ourse of conflict in dissolution of premarital rela-onships. *Journal of Social and Personal Rela-onships, 2,* 179–194.

S. A., & Emery, B. C. (2000a). The context and ynamics of intimate aggression against women. *ournal of Social and Personal Relationships, 17,* 03–521.

S. A., & Emery, B. C. (2000b). *The dark side of ourtship: Physical and sexual aggression.* Thou-and Oaks, CA: Sage.

E. C. J. (1990). Measuring dyadic perspective-ıking: Two scales for assessing perspective-ıking in marriage and similar dyads. *Educational nd Psychological Measurement, 50,* 91–103.

M. (1985). The development of investment and ommitment scales for predicting continuity of ersonal relationships. *Journal of Social and Per-onal Relationships, 2,* 3–23.

. R. F., Sullivan, M. J. L., Ritvo, P. G., & Coyne, . C. (1995). *Relationships in chronic illness and isability.* Thousand Oaks, CA: Sage.

oby, E. (1990). Gender and relationships: A de-elopmental account. *American Psychologist, 45,* 13–520.

all, L. L., Weston, R., & Honeycutt, T. C. (2000). oes men's positivity moderate or mediate the ef-ects of their abuse on women's relationship qual-y? *Journal of Social and Personal Relationships, 7,* 660–675.

on, P. J., Hecht, M. L., Manke, M. L., McDaniel, ., & Reeder, H. (1998). The subjective experi-nce of intimacy, passion, and commitment in het-rosexual love relationships. *Personal Relation-hips, 5,* 15–30.

on, P. J., Hecht, M. L., & Robers, T. (1987). 'True ove ways': The subjective experience and com-unication of romantic love. *Journal of Social d Personal Relationships, 4,* 387–407.

Martin, L. L., & Seta, J. J. (1983). Perceptions of unity and distinctiveness as determinants of attraction. *Journal of Personality and Social Psychology, 44,* 755–764.

Mathias-Riegel, B. (1999, September–October). Intimacy 101: A refresher course in the language of love. *Modern Maturity, 42W,* 46–49, 84.

McAdams, D. P. (1988). Personal needs and personal relationships. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 7–22). New York: Wiley.

McLanahan, S. S. (1999). Father absence and the welfare of children. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage* (pp. 117–145). Mahwah, NJ: Erlbaum.

McLoyd, V. C., Cauce, A. M., Takeuchi, D., & Wilson, L. (2000). Marital processes and parental socialization in families of color: A decade review of research. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1070–1093.

Meeks, B. S., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1998). Communication, love, and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 755–773.

Mellen, S. L. W. (1981). *The evolution of love.* San Francisco: Freeman.

Messman, S. J., Canary, D. J., & Hause, K. S. (2000). Motives to remain platonic, equity, and the use of maintenance strategies in opposite-sex friendships. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 67–94.

Metts, S., Sprecher, S., & Regan, P. C. (1998). Communication and sexual desire. In P. A. Andersen & L. K. Guerrero (Eds.), *Handbook of communication and emotion: Research, theory, applications, and contexts* (pp. 353–377). San Diego: Academic Press.

Meyers, S. A., & Berscheid, E. (1997). The language of love: The difference a preposition makes. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23,* 347–362.

Michael, R. T., Gagnon, J. H., Laumann, E. O., & Kolata, G. (2001). Sex and society. In A. J. Cherlin (Ed.), *Public and private families: A reader.* Boston: McGraw Hill.

Mikulincer, M., & Segal, J. (1990). A multidimensional analysis of the experience of loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships, 7,* 209–230.

Levy, J. A. (1994). Sex and sexuality in later life stages. In A. S. Rossi (Ed.), *Sexuality across the life course* (pp. 287–309). Chicago: University of Chicago Press.

Lippert, T., & Prager, K. J. (2001). Daily experiences of intimacy: A study of couples. *Personal Relationships, 8,* 283–298.

Liu, C. (2000). A theory of marital sexual life. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 363–374.

Lloyd, S. A., & Cate, R. M. (1985). The developmental course of conflict in dissolution of premarital relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 2,* 179–194.

Lloyd, S. A., & Emery, B. C. (2000a). The context and dynamics of intimate aggression against women. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 503–521.

Lloyd, S. A., & Emery, B. C. (2000b). *The dark side of courtship: Physical and sexual aggression.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Long, E. C. J. (1990). Measuring dyadic perspective-taking: Two scales for assessing perspective-taking in marriage and similar dyads. *Educational and Psychological Measurement, 50,* 91–103.

Lund, M. (1985). The development of investment and commitment scales for predicting continuity of personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 2,* 3–23.

Lyons, R. F., Sullivan, M. J. L., Ritvo, P. G., & Coyne, J. C. (1995). *Relationships in chronic illness and disability.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Maccoby, E. (1990). Gender and relationships: A developmental account. *American Psychologist, 45,* 513–520.

Marshall, L. L., Weston, R., & Honeycutt, T. C. (2000). Does men's positivity moderate or mediate the effects of their abuse on women's relationship quality? *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 660–675.

Marston, P. J., Hecht, M. L., Manke, M. L., McDaniel, S., & Reeder, H. (1998). The subjective experience of intimacy, passion, and commitment in heterosexual love relationships. *Personal Relationships, 5,* 15–30.

Marston, P. J., Hecht, M. L., & Robers, T. (1987). 'True love ways': The subjective experience and communication of romantic love. *Journal of Social and Personal Relationships, 4,* 387–407.

Martin, L. L., & Seta, J. J. (1983). Perceptions of unity and distinctiveness as determinants of attraction. *Journal of Personality and Social Psychology, 44,* 755–764.

Mathias-Riegel, B. (1999, September–October). Intimacy 101: A refresher course in the language of love. *Modern Maturity, 42W,* 46–49, 84.

McAdams, D. P. (1988). Personal needs and personal relationships. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 7–22). New York: Wiley.

McLanahan, S. S. (1999). Father absence and the welfare of children. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage* (pp. 117–145). Mahwah, NJ: Erlbaum.

McLoyd, V. C., Cauce, A. M., Takeuchi, D., & Wilson, L. (2000). Marital processes and parental socialization in families of color: A decade review of research. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1070–1093.

Meeks, B. S., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1998). Communication, love, and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 755–773.

Mellen, S. L. W. (1981). *The evolution of love.* San Francisco: Freeman.

Messman, S. J., Canary, D. J., & Hause, K. S. (2000). Motives to remain platonic, equity, and the use of maintenance strategies in opposite-sex friendships. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 67–94.

Metts, S., Sprecher, S., & Regan, P. C. (1998). Communication and sexual desire. In P. A. Andersen & L. K. Guerrero (Eds.), *Handbook of communication and emotion: Research, theory, applications, and contexts* (pp. 353–377). San Diego: Academic Press.

Meyers, S. A., & Berscheid, E. (1997). The language of love: The difference a preposition makes. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23,* 347–362.

Michael, R. T., Gagnon, J. H., Laumann, E. O., & Kolata, G. (2001). Sex and society. In A. J. Cherlin (Ed.), *Public and private families: A reader.* Boston: McGraw Hill.

Mikulincer, M., & Segal, J. (1990). A multidimensional analysis of the experience of loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships, 7,* 209–230.

Milardo, R. M., & Helms-Erikson, H. (2000). Network overlap and third-party influence in close relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 33–45). Thousand Oaks, CA: Sage.

Milkie, M. A., & Peltola, P. (1999). Playing all the roles: Gender and the work-family balancing act. *Journal of Marriage and the Family, 61,* 476–490.

Miller, L. C., Berg, J. H., & Archer, R. L. (1983). Openers: Individuals who elicit intimate self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology, 44,* 1234–1244.

Monsour, M. (1992). Meanings of intimacy in cross- and same-sex friendships. *Journal of Social and Personal Relationships, 9,* 277–295.

Monsour, M. (1994). Similarities and dissimilarities in personal relationships: Constructing meaning and building intimacy through communication. In S. Duck (Ed.), *Dynamics of relationships* (pp. 112–134). Thousand Oaks, CA: Sage.

Monsour, M. (2002). *Women and men as friends: Relationships across the life span in the twenty-first century*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Montgomery, B. M. (1988). Quality communication in personal relationships. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 343–359). New York: Wiley.

Montgomery, M. J., & Sorell, G. T. (1997). Differences in love attitudes across family life stages. *Family Relations, 46,* 55–61.

Morrow, G. D., Clark, E. M., & Brock, K. F. (1995). Individual and partner love styles: Implications for the quality of romantic involvements. *Journal of Social and Personal Relationships, 12,* 363–387.

Morton, T. L. (1978). Intimacy and reciprocity of exchange: A comparison of spouses and strangers. *Journal of Personality and Social Psychology, 36,* 72–81.

Muehlenhard, C. L. (1988). Misinterpreted dating behaviors and the risk of date rape. *Journal of Social and Clinical Psychology, 6,* 20–37.

Muehlenhard, C. L., Friedman, D. E., & Thomas, C. M. (1985). Is date rape justifiable? The effects of dating activity, who initiated, who paid, and men's attitudes toward women. *Psychology of Women Quarterly, 9,* 297–310.

Mulrine, A. (2002, May 27). Risky business. *U.S. News & World Report,* pp. 42–49

Murray, S. L., & Holmes, J. G. (1997). A leap of faith? Positive illusions in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23,* 586–604.

Murray, S. L., Holmes, J. G., Bellavia, G., Griffin, D. W., & Dolderman, D. (2002). Kindred spirits? The benefits of egocentrism in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 82,* 563–581.

Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996a). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 70,* 79–98.

Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996b). The self-fulfilling nature of positive illusions in romantic relationships: Love is not blind, but prescient. *Journal of Personality and Social Psychology, 71,* 1155–1180.

Murstein, B. I. (1976). *Who will marry whom?* New York: Springer.

Murstein, B. I., & Adler, E. R. (1995). Gender differences in power and self-disclosure in dating and married couples. *Personal Relationships, 2,* 199–209.

Murstein, B. I., & Christy, P. (1976). Physical attractiveness and marriage adjustment in middle-aged couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 34,* 537–542.

Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist, 55,* 56–67.

Myers, D. G. (2002). *Social psychology* (7th ed.). New York: McGraw Hill.

Neimeyer, R. A., & Mitchell, K. A. (1988). Similarity and attraction: A longitudinal study. *Journal of Social and Personal Relationships, 5,* 131–148.

Neria, Y., Guttmann-Steinmetz, S., Koenen, K., Levinovsky, L., Zakin, G., & Dekel, R. (2001). Do attachment and hardiness relate to each other and to mental health in real-life stress? *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 844–858.

Newcomb, T. M. (1961). *The acquaintance process.* New York: Holt, Rinehart & Winston.

Nezlek, J., Wheeler, L., & Reis, H. T. (1983). Studies of social participation. In H. T. Reis (Ed.), *Naturalistic approaches to studying social interaction* (pp. 57–73). San Francisco: Jossey-Bass.

Nolen-Hoeksema, S., McBride, A., & Larson, J. (1997). Rumination and psychological distress among bereaved partners. *Journal of Personality and Social Psychology, 72,* 855–862.

Noller, P., & Venardos, C. (1986). Communication awareness in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 3,* 31–42.

Ognibene, T. C., & Collins, N. L. (1998). Adult attachment styles, perceived social support and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 323–345.

O'Grady, K. E. (1989). Physical attractiveness, need for approval, social self-esteem, and maladjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology, 8,* 62–69.

Orbuch, T. L., Veroff, J., Hassan, H., & Horrocks, J. (2002). Who will divorce: A 14-year longitudinal study of black couples and white couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 19,* 179–202.

Paikoff, R. L., & Brooks-Gunn, J. (1991). Do parent-child relationships change during puberty? *Psychological Bulletin, 110,* 47–66.

Parks, M. R., & Floyd, K. (1996). Meanings for closeness and intimacy in friendship. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 85–107.

Pasch, L. A., Bradbury, T. N., & Davila, J. (1997). Gender, negative affectivity, and observed social support behavior in marital interaction. *Personal Relationships, 4,* 361–378.

Pasley, K., Kerpelman, J., & Guilbert, D. E. (2001). Gendered conflict, identity disruption, and marital instability: Expanding Gottman's model. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 5–27.

Patterson, C. J. (2000). Family relationships of lesbians and gay men. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1052–1069.

Pennebaker, J. W. (1990). *Opening up: The healing power of confiding in others.* New York: William Morrow.

Peplau, L. A. (2001). Rethinking women's sexual orientatation: An interdisciplinary, relationship-focused approach. *Personal Relationships, 8,* 1–19.

Peplau, L. A., & Spaulding, L. R. (2000). The close relationships of lesbians, gay men, and bisexuals. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 111–123). Thousand Oaks, CA: Sage.

Perry-Jenkins, M., Repetti, R. L., & Crouter, A. C (2000). Work and family in the 1990s. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 981–998.

Pestrak, V. A., Martin, D., & Martin, M. (1985). Extramarital sex: An examination of the literature. *International Journal of Family Therapy, 7,* 107–115.

Peterson, D. R. (1983). Conflict. In H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, E. McClintock, L. A. Peplau, & D. R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp. 360–396). New York: Freeman.

Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. P. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships, 6,* 181–196.

Prager, K. J. (1995). *The psychology of intimacy.* New York: Guilford.

Prager, K. J. (2000). Intimacy in personal relationships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 229–242). Thousand Oaks, CA: Sage.

Prager, K. J., & Burhmester, D. (1998). Intimacy and need fulfillment in couple relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 435–469.

Prins, K. S., Buunk, B. P., & Van Yperen, N. W. (1993). Equity, normative disapproval and extramarital relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 10,* 39–53.

Raphael, B., & Dobson, M. (2000). Bereavement. In J. H. Harvey & E. D. Miller (Eds.), *Loss and trauma: General and close relationship perspectives* (pp. 45–61). Philadelphia: Brunner-Routledge.

Rawlins, W. K. (1992). *Friendship matters: Communication, dialectics, and the life course.* New York: Aldine de Gruyter.

Reeder, H. M. (2000). 'I like you . . . as a friend': The role of attraction in cross-sex friendship. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 329–348.

Regan, P. C., & Berscheid, E. (1995). Gender differences in beliefs about the causes of male and female sexual desire. *Personal Relationships, 2,* 345–358.

Regan, P. C., & Berscheid, E. (1999). *Lust: What we know about human sexual desire.* Thousand Oaks, CA: Sage.

Regan, P. C., Kocan, E. R., & Whitlock, T. (1998). Ain't love grand! A prototype analysis of the concept of romantic love. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 411–420.

Sprecher, S., & Regan, P. C. (1998). Passionate and companionate love in courting and young married couples. *Sociological Inquiry, 68,* 163–185.

Sprecher, S., & Regan, P. C. (2000). Sexuality in a relational context. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 217–227). Thousand Oaks, CA: Sage.

Sprecher, S., Sullivan, Q., & Hatfield, E. (1994). Mate selection preferences: Gender differences examined in a national sample. *Journal of Personality and Social Psychology, 66,* 1074–1080.

Stack, S., & Eshleman, J. R. (1998). Marital status and happiness: A 17-nation study. *Journal of Marriage and the Family, 60,* 527–536.

Stafford, L., & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type: Gender and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships, 8,* 217–242.

Steil, J. M. (2000). Contemporary marriage: Still an unequal partnership. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 125–136). Thousand Oaks, CA: Sage.

Steil, J. M., McGann, V. L., & Kahn, A. S. (2001). Entitlement. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender* (Vol. 1, pp. 403–410). San Diego: Academic Press.

Steil, J. M., & Weltman, K. (1992). Influence strategies at home and at work: A study of sixty dual career couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 9,* 65–88.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review, 93,* 119–135.

Stewart, S., Stinnett, H., & Rosenfeld, L. B. (2000). Sex differences in desired characteristics of short-term and long-term relationship partners. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 843–853.

Straus, M. A., & Gelles, R. J. (1990). *Physical violence in American families.* New Brunswick, NJ: Transaction.

Stroebe, M. S., Stroebe, W., Hansson, R. O., & Schut, H. (Eds.). (2001). *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care.* Washington, DC: American Psychological Association.

Surra, C. A. (1990). Research and theory on mate selection and premarital relationships in the 1980s. *Journal of Marriage and the Family, 52,* 844–865.

Surra, C. A., & Gray, C. R. (2000). A typology of commitment to marriage: Why do partners commit to problematic relationships? In L. J. Waite, C. Backrach, M. Hindin, E. Thomson, & A. Thornton (Eds.), *The ties that bind: Perspectives on marriage and cohabitation* (pp. 253–280). New York: Aldine de Gruyter.

Surra, C. A., & Hughes, D. K. (1997). Commitment processes in accounts of the development of premarital relationships. *Journal of Marriage and the Family, 59,* 5–21.

Tannen, D. (1994). *Gender and discourse.* New York: Oxford University Press.

Teachman, J. D., Tedrow, L. M., & Crowder, K. D. (2000). The changing demography of America's families. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1234–1246.

Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups.* New York: Wiley.

Thompson, A., & Bolger, N. (1999). Emotional transmission in couples under stress. *Journal of Marriage and the Family, 61,* 38–48.

Thornhill, R., & Palmer, C. T. (2000). *A natural history of rape: Biological bases of sexual coercion.* Cambridge, MA: MIT Press.

Tidwell, M. O., Reis, H. T., & Shaver, P. R. (1996). Attachment, attractiveness, and social interaction: A diary study. *Journal of Personality and Social Psychology, 71,* 729–745.

Timmer, S. G., Veroff, J., & Hatchett, S. (1996). Family ties and marital happiness: The different marital experiences of black and white newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 335–359.

Travis, C. B. (2001). Gender development: Evolutionary perspectives. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender* (Vol. 1, pp. 493–505). San Diego: Academic Press.

Treas, J., & Giesen, D. (2000). Sexual infidelity among married and cohabiting Americans. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 48–60.

Trivers, R. L. (1972). Parental investment and sexual selection. In B. Campbell (Ed.), *Sexual selection and the descent of man* (pp. 136–179). Chicago: Aldine de Gruyter.

Tucker, P., & Aron, A. (1993). Passionate love and marital satisfaction at key transition points in the family life cycle. *Journal of Social and Clinical Psychology, 12,* 135–147.

Utne, M. K., Hatfield, E., Traupmann, J., & Greenberger, D. (1984). Equity, marital satisfaction, and stability. *Journal of Social and Personal Relationships, 1,* 323–332.

Vangelisti, A. L., & Daly, J. A. (1997). Gender differences in standards for romantic relationships. *Personal Relationships, 4,* 203–219.

Vangelisti, A. L., & Young, S. L. (2000). When words hurt: The effects of perceived intentionality on interpersonal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 393–424.

Vannoy, R. (1980). *Sex without love: A philosophical exploration*. Buffalo, NY: Prometheus Books.

Vittengl, J. R., & Holt, C. S. (2000). Getting acquainted: The relationship of self-disclosure and social attraction to positive affect. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 53–66.

Vogel, D. L., Tucker, C. M., Wester, S. R., & Heesacker, M. (1999). The impact of sex and situational cues on the endorsement of traditional gender-role attitudes and behaviors in dating couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 459–473.

Voss, K., Markiewicz, D., & Doyle, A. B (1999). Friendship, marriage and self-esteem. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 103–122.

Waite, L. J., & Joyner, K. (2001). Emotional satisfaction and physical pleasure in sexual unions: Time horizon, sexual behavior, and sexual exclusivity. *Journal of Marriage and Family, 63,* 247–264.

Walen, H. R., & Lachman, M. E. (2000). Social support and strain from partner, family, and friends: Costs and benefits for men and women in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 5–30.

Walker, L. E. A. (1994). *Abused women and survivor therapy: A practical guide for the psychotherapist*. Washington, DC: American Psychological Association.

Walster, E., Aronson, V., Abrahams, D., & Rottmann, L. (1966). Importance of physical attractiveness in dating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 4,* 508–516.

Walster, E., Berscheid, E., & Walster, G. W. (1973). New directions in equity research. *Journal of Personality and Social Psychology, 25,* 151–176.

Walster, E., & Walster, G. W. (1978). *A new look at love*. Reading, MA: Addison-Wesley.

Way, N., Cowal, K., Gingold, R., Pahl, K., & Bissessar, N. (2001). Friendship patterns among African American, Asian American, and Latino adolescents from low-income families. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 29–53.

Weber, A. L., & Harvey, J. H. (1994). Accounts in coping with relationship loss. In A. Weber & J. H. Harvey (Eds.), *Perspectives on close relationships* (pp. 285–306). Boston: Allyn & Bacon.

Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (1999). All marriages are not maintained equally: Marital type, marital quality, and the use of maintenance behaviors. *Personal Relationships, 6,* 291–303.

Weishaus, S., & Field, D. (1988). A half century of marriage: Continuity or change? *Journal of Marriage and the Family, 50,* 763–774.

Weiss, R. S. (1998). A taxonomy of relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 671–683.

Werking, K. J. (1997). Cross-sex friendship research as ideological practice. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (2nd ed., pp. 391–410). New York: Wiley.

West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender and Society, 1*(2), 125–151.

West, L., Anderson, J., & Duck, S. (1996). Crossing the barriers to friendships between men and women. In J. T. Wood (Ed.), *Gendered relationships* (pp. 111–127). Mountain View, CA: Mayfield.

Wiederman, M. W., & Hurd, C. (1999). Extradyadic involvement during dating. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 265–274.

Wiehe, V. R., & Richards, A. L. (1995). *Intimate betrayal: Understanding and responding to the trauma of acquaintance rape*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Wilkie, J. R., Ferree, M. M., & Ratcliff, K. S. (1998). Gender and fairness: Marital satisfaction in two-earner couples. *Journal of Marriage and the Family, 60,* 577–594.

Winch, R. F. (1958). *Mate selection: A study of complementary needs*. New York: Harper & Brothers.

Winstead, B. A., Derlega, V. J., & Rose, S. (1997). *Gender and close relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Winter, D. G., Stewart, A. J., & McClelland, D. C. (1977). Husband's motives and wife's career level. *Journal of Personality and Social Psychology, 35,* 159–166.

Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 367–389). New York: Wiley.

Ridley, C. A., Wilhelm, M. S., & Surra, C. A. (2001). Married couples' conflict responses and marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 517–534.

Risman, B. J., & Johnson-Sumerford, D. (1998). Doing it fairly: A study of postgender *marriages. Journal of Marriage and the Family, 60,* 23–40.

Robak, R. W., & Weitzman, S. P. (1998). The nature of grief: Loss of love relationships in young adulthood. *Journal of Personal and Interpersonal Loss, 3,* 205–216.

Roberts, L. J. (2000). Fire and ice in marital communication: Hostile and distancing behaviors as predictors of marital distress. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 693–707.

Rogers, S. J., & DeBoer, D. D. (2001). Changes in wives' income: Effects on marital happiness, psychological well-being, and the risk of divorce. *Journal of Marriage and Family, 63,* 458–472.

Rohner, R. P., & Veneziano, R. A. (2001). The importance of father love: History and contemporary evidence. *Review of General Psychology, 5,* 382–405.

Rollins, B., & Cannon, K. (1974). Marital satisfaction over the family life cycle: A reevaluation. *Journal of Marriage and the Family, 36,* 271–282.

Roloff, M. E., Soule, K. P., & Carey, C. M. (2001). Reasons for remaining in a relationship and responses to relational transgressions. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 362–385.

Rose, A. J., & Asher, S. R. (2000). Children's friendships. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 47–57). Thousand Oaks, CA: Sage.

Rosenblatt, P. C. (1977). Needed research on commitment in marriage. In G. Levinger & H. L. Raush (Eds.), *Close relationships: Perspectives on the meaning of intimacy* (pp. 73–86). Amherst: University of Massachusetts Press.

Rossi, A. S. (Ed.). (1994). *Sexuality across the life course.* Chicago: University of Chicago Press.

Rowatt, W. C., Cunningham, M. R., & Druen, P. B. (1999). Lying to get a date: The effect of facial physical attractiveness on the willingness to deceive prospective dating partners. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 209–223.

Rubenstein, C. M., & Shaver, P. (1982). In search of intimacy. New York: Delacorte Press.

Rubin, Z., & Mitchell, C. (1976). Couples research as couples counseling. *American Psychologist, 31,* 17–25.

Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology, 45,* 101–117.

Rusbult, C. E., & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships, 10,* 175–204.

Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Impact of couple patterns of problem solving on distress and nondistress in dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 50,* 744–753.

Rusbult, C. E., Wieselquist, J., Foster, C. A., & Witcher, B. S. (1999). Commitment and trust in close relationships: An interdependence analysis. In J. M. Adams & W. H. Jones (Eds.), *Handbook of interpersonal commitment and relationship stability* (pp. 427–449). New York: Kluwer Academic/Plenum.

Rusbult, C. E., & Zembrodt, L. M. (1983). Responses to dissatisfaction in romantic involvements: A multidimensional scaling analysis. *Journal of Experimental Social Psychology, 19,* 274–293.

Ruvolo, A. P. (1998). Marital well-being and general happiness of newlywed couples: Relationships across time. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 470–489.

Ruvolo, A. P., & Veroff, J. (1997). For better or for worse: Real-ideal discrepancies and the marital well-being of newlyweds. *Journal of Social and Personal Relationships, 14,* 223–242.

Sagrestano, L. M. (1992). Power strategies in interpersonal relationships: The effects of expertise and gender. *Psychology of Women Quarterly, 16,* 481–495.

Sagrestano, L. M., Christensen, A., & Heavey, C. L. (1998). Social influence techniques during marital conflict. *Personal Relationships, 5,* 75–89.

Saitzyk, A. R., Floyd, F. J., & Kroll, A. B. (1997). Sequential analysis of autonomy-interdependence and affiliation-disaffiliation in couples' social support interactions. *Personal Relationships, 4,* 341–360.

Samter, W., Whaley, B. B., Mortenson, S. T., & Burleson, B. R. (1997). Ethnicity and emotional support in same-sex friendship: A comparison of Asian-Americans, African-Americans, and Euro-Americans. *Personal Relationships, 4,* 413–430.

Sanderson, B., & Kurkek, L. A. (1993). Race and gender as moderator variables in predicting relationship satisfaction and relationship commitment in a sample of dating heterosexual couples. *Family Relations, 42,* 263–267.

Sanderson, C. A., & Cantor, N. (2001). The association of intimacy goals and marital satisfaction: A test of four mediational hypotheses. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27,* 1567–1577.

Santrock, J. W., & Sitterle, K. A. (1987). Parent-child relationships in stepmother families. In K. Pasley & M. Ihinger-Tallman (Eds.), *Remarriage and stepparenting: Current research and theory* (pp. 273–299). New York: Guilford.

Sarason, I. G., Sarason, B. R., Shearin, E. N., & Pierce, G. R. (1987). A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships, 4,* 497–510.

Satterfield, A. T., & Muehlenhard, C. L. (1997). Shaken confidence: The effects of an authority figure's flirtatiousness on women's and men's self-rated creativity. *Psychology of Women Quarterly, 21,* 395–416.

Scanzoni, J., Polonko, K., Teachman, J., & Thompson, L. (1989). *The sexual bond: Rethinking families and close relationships*. Newbury Park, CA: Sage.

Schachter, S. (1964). The interaction of cognitive and physiological determinants of emotional state. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 1, pp. 49–80). New York: Academic Press.

Schachter, S., & Singer, J. E. (1962). Cognitive, social and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review, 69,* 379–399.

Schaffer, H. R. (1971). *The growth of sociability*. Baltimore: Penguin.

Schiavi, R. C. (1994). Effect of chronic disease and medication on sexual functioning. In A. S. Rossi (Ed.), *Sexuality across the life course* (pp. 313–339). Chicago: University of Chicago Press.

Schmitt, D. P., & Buss, D. M. (2001). Human mate poaching: Tactics and temptations for infiltrating existing mateships. *Journal of Personality and Social Psychology, 80,* 894–917.

Schmitt, D. P., Shackelford, T. K., Duntley, J., Tooke, W., & Buss, D. M. (2001). The desire for sexual variety as a key to understanding basic human mating strategies. *Personal Relationships, 8,* 425–455.

Schneider, C. S., & Kenny, D. A. (2000). Cross-sex friends who were once romantic partners: Are they platonic friends now? *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 451–466.

Schofield, M. J., & Kafer, N. F. (1985). Children's understanding of friendship issues: Development by stage or sequence? *Journal of Social and Personal Relationships, 2,* 151–165.

Schütz, A. (1999). It was your fault! Self-serving biases in autobiographical accounts of conflicts in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 193–208.

Seccombe, K. (2000). Families in poverty in the 1990s: Trends, causes, consequences, and lessons learned. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1094–1113.

Selman, R. L. (1981). The child as a friendship philosopher. In S. R. Asher & J. M. Gottman (Eds.), *The development of children's friendships* (pp. 242–272). New York: Cambridge University Press.

Seltzer, J. A. (2000). Families formed outside of marriage. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1247–1268.

Shackelford, T. K. (1998). Divorce as a consequence of spousal infidelity. In V. C. de Munck (Ed.), *Romantic love and sexual behavior: Perspectives from the social sciences* (pp. 135–153). Westport, CT: Praeger.

Shanks, J. (2001, Spring). Ask the rabbi: What does Jewish tradition say about premarital sex and cohabitation? *Reform Judaism,* p. 96.

Sharpsteen, D. J., & Kirkpatrick, L. A. (1997). Romantic jealousy and adult romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 72,* 627–640.

Shea, L., Thompson, L., & Blieszner, R. (1988). Resources in older adults' old and new friendships. *Journal of Social and Personal Relationships, 5,* 83–96.

Shibazaki, K., & Brennan, K. A. (1998). When birds of different feathers flock together: A preliminary comparison of intra-ethnic and inter-ethnic dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 248–256.

Shotland, R. L. (1989). A model of the causes of date rape in developing and close relationships. In C. Hendrick (Ed.), *Close relationships* (pp. 247–270). Newbury Park, CA: Sage.

Sillars, A., Roberts, L. J., Leonard, K. E., & Dun, T. (2000). Cognition during marital conflict: The relationship of thought and talk. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 479–502.

Simons, R. L., Lin, K.-H., & Gordon, L. C. (1998). Socialization in the family of origin and male dating violence: A prospective study. *Journal of Marriage and the Family, 60,* 467–478.

Simons, R. L., Lin, K.-H., Gordon, L. C., Conger, R. D., & Lorenz, F. O. (1999). Explaining the higher incidence of adjustment problems among children of divorce compared with those in two-parent families. *Journal of Marriage and the Family, 61,* 1020–1033.

Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 59,* 971–980.

Simpson, J. A., & Gangestad, S. W. (2001). Evolution and relationships: A call for integration. *Personal Relationships, 8,* 341–355.

Singh, D. (1993). Adaptive significance of female physical attractiveness: Role of waist-to-hip ratio. *Journal of Personality and Social Psychology, 65,* 293–307.

Singh, D. (1995). Female judgment of male attractiveness and desirability for relationships: Role of waist-to-hip ratio and financial status. *Journal of Personality and Social Psychology, 69,* 1089–1101.

Smith, D. (2001, April). Researchers develop workshops tailored to gay and lesbian couples. *APA Monitor on Psychology, 32*(4), 20.

Smith, T. W. (1994). Attitudes toward sexual permissiveness: Trends, correlates, and behavioral connections. In A. S. Rossi (Ed.), *Sexuality across the life course* (pp. 63–97). Chicago: University of Chicago Press.

Snyder, M., Tanke, E. D., & Berscheid, E. (1977). Social perception and interpersonal behavior: On the self-fulfilling nature of social stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology, 35,* 656–666.

Sokolski, D. M., & Hendrick, S. S. (1999). Fostering marital satisfaction. *Family Therapy, 26,* 39–49.

Solomon, D. H., & Samp, J. A. (1998). Power and problem appraisal: Perceptual foundations of the chilling effect in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 191–209.

Sprecher, S. (1987). The effects of self-disclosure given and received on affection for an intimate partner and stability of the relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 4,* 115–127.

Sprecher, S. (1994). Two sides to the breakup of dating relationships. *Personal Relationships, 1,* 199–222.

Sprecher, S. (2000, November). When the honeymoon occurs before marriage: A longitudinal investigation of sexual satisfaction, intimacy, and initiation in heterosexual relationships. Paper presented at the Annual Conference of the National Council on Family Relations, Minneapolis, MN.

Sprecher, S. (2001a). A comparison of emotional consequences of and changes in equity over time using global and domain-specific measures of equity. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 477–501.

Sprecher, S. (2001b). Equity and social exchange in dating couples: Associations with satisfaction, commitment, and stability. *Journal of Marriage and Family, 63,* 599–613.

Sprecher, S., Aron, A., Hatfield, E., Cortese, A., Potapova, E., & Levitskaya, A. (1994). Love: American style, Russian style, and Japanese style. *Personal Relationships, 1,* 349–369.

Sprecher, S., & Felmlee, D. (1993). Conflict, love and other relationship dimensions for individuals in dissolving, stable, and growing premarital relationships. *Free Inquiry in Creative Sociology, 21,* 115–125.

Sprecher, S., Felmlee, D., Metts, S., Fehr, B., & Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 791–809.

Sprecher, S., & McKinney, K. (1993). *Sexuality.* Newbury Park, CA: Sage.

Sprecher, S., & Metts, S. (1989). Development of the 'Romantic Beliefs Scale' and examination of the effects of gender and gender-role orientation. *Journal of Social and Personal Relationships, 6,* 387–411.

Sprecher, S., & Metts, S. (1999). Romantic beliefs: Their influence on relationships and patterns of change over time. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 834–851.

Sprecher, S., & Regan, P. C. (1998). Passionate and companionate love in courting and young married couples. *Sociological Inquiry, 68,* 163–185.

Sprecher, S., & Regan, P. C. (2000). Sexuality in a relational context. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 217–227). Thousand Oaks, CA: Sage.

Sprecher, S., Sullivan, Q., & Hatfield, E. (1994). Mate selection preferences: Gender differences examined in a national sample. *Journal of Personality and Social Psychology, 66,* 1074–1080.

Stack, S., & Eshleman, J. R. (1998). Marital status and happiness: A 17-nation study. *Journal of Marriage and the Family, 60,* 527–536.

Stafford, L., & Canary, D. J. (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type: Gender and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships, 8,* 217–242.

Steil, J. M. (2000). Contemporary marriage: Still an unequal partnership. In C. Hendrick & S. S. Hendrick (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 125–136). Thousand Oaks, CA: Sage.

Steil, J. M., McGann, V. L., & Kahn, A. S. (2001). Entitlement. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender* (Vol. 1, pp. 403–410). San Diego: Academic Press.

Steil, J. M., & Weltman, K. (1992). Influence strategies at home and at work: A study of sixty dual career couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 9,* 65–88.

Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review, 93,* 119–135.

Stewart, S., Stinnett, H., & Rosenfeld, L. B. (2000). Sex differences in desired characteristics of short-term and long-term relationship partners. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 843–853.

Straus, M. A., & Gelles, R. J. (1990). *Physical violence in American families.* New Brunswick, NJ: Transaction.

Stroebe, M. S., Stroebe, W., Hansson, R. O., & Schut, H. (Eds.). (2001). *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care.* Washington, DC: American Psychological Association.

Surra, C. A. (1990). Research and theory on mate selection and premarital relationships in the 1980s. *Journal of Marriage and the Family, 52,* 844–865.

Surra, C. A., & Gray, C. R. (2000). A typology of commitment to marriage: Why do partners commit to problematic relationships? In L. J. Waite, C. Backrach, M. Hindin, E. Thomson, & A. Thornton (Eds.), *The ties that bind: Perspectives on marriage and cohabitation* (pp. 253–280). New York: Aldine de Gruyter.

Surra, C. A., & Hughes, D. K. (1997). Commitment processes in accounts of the development of premarital relationships. *Journal of Marriage and the Family, 59,* 5–21.

Tannen, D. (1994). *Gender and discourse.* New York: Oxford University Press.

Teachman, J. D., Tedrow, L. M., & Crowder, K. D. (2000). The changing demography of America's families. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 1234–1246.

Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups.* New York: Wiley.

Thompson, A., & Bolger, N. (1999). Emotional transmission in couples under stress. *Journal of Marriage and the Family, 61,* 38–48.

Thornhill, R., & Palmer, C. T. (2000). *A natural history of rape: Biological bases of sexual coercion.* Cambridge, MA: MIT Press.

Tidwell, M. O., Reis, H. T., & Shaver, P. R. (1996). Attachment, attractiveness, and social interaction: A diary study. *Journal of Personality and Social Psychology, 71,* 729–745.

Timmer, S. G., Veroff, J., & Hatchett, S. (1996). Family ties and marital happiness: The different marital experiences of black and white newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 13,* 335–359.

Travis, C. B. (2001). Gender development: Evolutionary perspectives. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender* (Vol. 1, pp. 493–505). San Diego: Academic Press.

Treas, J., & Giesen, D. (2000). Sexual infidelity among married and cohabiting Americans. *Journal of Marriage and the Family, 62,* 48–60.

Trivers, R. L. (1972). Parental investment and sexual selection. In B. Campbell (Ed.), *Sexual selection and the descent of man* (pp. 136–179). Chicago: Aldine de Gruyter.

Tucker, P., & Aron, A. (1993). Passionate love and marital satisfaction at key transition points in the family life cycle. *Journal of Social and Clinical Psychology, 12,* 135–147.

Ume, M. K., Hatfield, E., Traupmann, J., & Greenberger, D. (1984). Equity, marital satisfaction, and stability. *Journal of Social and Personal Relationships, 1,* 323–332.

Vangelisti, A. L., & Daly, J. A. (1997). Gender differences in standards for romantic relationships. *Personal Relationships, 4,* 203–219.

Vangelisti, A. L., & Young, S. L. (2000). When words hurt: The effects of perceived intentionality on interpersonal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 393–424.

Vannoy, R. (1980). *Sex without love: A philosophical exploration*. Buffalo, NY: Prometheus Books.

Vittengl, J. R., & Holt, C. S. (2000). Getting acquainted: The relationship of self-disclosure and social attraction to positive affect. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 53–66.

Vogel, D. L., Tucker, C. M., Wester, S. R., & Heesacker, M. (1999). The impact of sex and situational cues on the endorsement of traditional gender-role attitudes and behaviors in dating couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 459–473.

Voss, K., Markiewicz, D., & Doyle, A. B (1999). Friendship, marriage and self-esteem. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 103–122.

Waite, L. J., & Joyner, K. (2001). Emotional satisfaction and physical pleasure in sexual unions: Time horizon, sexual behavior, and sexual exclusivity. *Journal of Marriage and Family, 63,* 247–264.

Walen, H. R., & Lachman, M. E. (2000). Social support and strain from partner, family, and friends: Costs and benefits for men and women in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships, 17,* 5–30.

Walker, L. E. A. (1994). *Abused women and survivor therapy: A practical guide for the psychotherapist.* Washington, DC: American Psychological Association.

Walster, E., Aronson, V., Abrahams, D., & Rottmann, L. (1966). Importance of physical attractiveness in dating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 4,* 508–516.

Walster, E., Berscheid, E., & Walster, G. W. (1973). New directions in equity research. *Journal of Personality and Social Psychology, 25,* 151–176.

Walster, E., & Walster, G. W. (1978). *A new look at love*. Reading, MA: Addison-Wesley.

Way, N., Cowal, K., Gingold, R., Pahl, K., & Bissessar, N. (2001). Friendship patterns among African American, Asian American, and Latino adolescents from low-income families. *Journal of Social and Personal Relationships, 18,* 29–53.

Weber, A. L., & Harvey, J. H. (1994). Accounts in coping with relationship loss. In A. Weber & J. H. Harvey (Eds.), *Perspectives on close relationships* (pp. 285–306). Boston: Allyn & Bacon.

Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (1999). All marriages are not maintained equally: Marital type, marital quality, and the use of maintenance behaviors. *Personal Relationships, 6,* 291–303.

Weishaus, S., & Field, D. (1988). A half century of marriage: Continuity or change? *Journal of Marriage and the Family, 50,* 763–774.

Weiss, R. S. (1998). A taxonomy of relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 15,* 671–683.

Werking, K. J. (1997). Cross-sex friendship research as ideological practice. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (2nd ed., pp. 391–410). New York: Wiley.

West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender and Society, 1*(2), 125–151.

West, L., Anderson, J., & Duck, S. (1996). Crossing the barriers to friendships between men and women. In J. T. Wood (Ed.), *Gendered relationships* (pp. 111–127). Mountain View, CA: Mayfield.

Wiederman, M. W., & Hurd, C. (1999). Extradyadic involvement during dating. *Journal of Social and Personal Relationships, 16,* 265–274.

Wiehe, V. R., & Richards, A. L. (1995). *Intimate betrayal: Understanding and responding to the trauma of acquaintance rape*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Wilkie, J. R., Ferree, M. M., & Ratcliff, K. S. (1998). Gender and fairness: Marital satisfaction in two-earner couples. *Journal of Marriage and the Family, 60,* 577–594.

Winch, R. F. (1958). *Mate selection: A study of complementary needs*. New York: Harper & Brothers.

Winstead, B. A., Derlega, V. J., & Rose, S. (1997). *Gender and close relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Winter, D. G., Stewart, A. J., & McClelland, D. C. (1977). Husband's motives and wife's career level. *Journal of Personality and Social Psychology, 35,* 159–166.

Wood, J. T. (1995). Feminist scholarship and the study of relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 12*, 103–120.

Wood, J. T. (2000). *Relational communication: Continuity and change in personal relationships* (2nd ed.). Belmont, CA: Wadsworth.

Worell, J. (2001). *Encyclopedia of women and gender* (Vols. 1 and 2). San Diego: Academic Press.

Wortman, C. B., & Dunkel-Schetter, C. (1987). Conceptual and methodological issues in the study of social support. In A. Baum & J. E. Singer (Eds.), *Handbook of psychology and health, Vol. 5: Stress* (pp. 63–108). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Wright, R. A., & Contrada, R. J. (1986). Dating selectivity and interpersonal attraction: Toward a better understanding of the "elusive phenomenon." *Journal of Social and Personal Relationships, 3*, 131–148.

Young, K. S., Grifffin-Shelley, E., Cooper, A., O'Mara, J., & Buchanan, J. (2000). Online infidelity: A new dimension in couple relationships with implications for evaluation and treatment. *Sexual Addiction and Compulsivity, 7*, 59–74.

Zajonc, R. B. (1968). Attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology Monograph Supplement, 9*(2, part 2), 1–27.

Dizin*

A-B-X model (çekimde), 24
ABCD model (ilişki gelişiminde), 50
açılma, 124-128. *Ayrıca bk.*, iletişim
  çekim ve 32
  tanımı, **124**, 125
  diyalektik doğası, 124, 127-128
  arkadaşlıklarda, 50, 54, 60
  toplumsal cinsiyet farklılıkları, 125-126
  sağlık ve 127
  için bireysel farklılıklar, 127
  yakınlık ve 124, 126, 222
  özel yaşam ve 37, 127-128
  karşılıklılık, 126
  ilişkiyi sürdürme ve 122, 124
  ilişki gücü ve 224
  ilişki doyumu ve 128
  üzerine araştırma, 125-127
  romantik ilişkilerde, 124-128
  seçiciliği, 127
  cinsel istek/davranış ve 105
  toplumsal giriş ve 36, 50, 124
  kuramları, 124-125
  etkileşimsel doğası, 125
  ilişki süresince değişmeler, 126
Afrikalı Amerikalı aileler, 198-201. *Ayrıca bk.*, farklılıklar
AIDS (Kazanılmış bağışıklık yetersizliği sendromu), 195. *Ayrıca bk.*, cinsel yolla geçen hastalık.
ailecilik, 199, 200-201
aile ilişkileri
  kötüye kullanma, 154-159
  ergenlerin, 57
  yetişkinlerin, 58-59
  doğru yönelimler, 190, 191-192
  çocuklar. *Ayrıca bk.*, çocuklar
  çatışma, 145-146, 192, 193-194
  üzerine kültürel etkiler, 190, 191, 198-201
  sapkınlık olarak, 191-192
  farklılık, 189, 198-201
  boşanma ve 174
  çiftlerin meslek sahibi olması, 225-227
  yaşlı bireylerin, 58-59
  babanın rolü, 178-180
  arkadaşlıklar ve 57, 58-59
  ev işi ve işlerin paylaşımı, 224-225, 227
  diğer ilişkilerle bütünleşme, 58
  kıskançlık, 166
  ırksal/etnik farklılıklar, 198-201
  yeniden evlilik ve, 190-194
  toplumsal ağları, 58
  toplumsal destek, 63-64
  üvey aileler. *Ayrıca bk.*, yeniden evlilik/yeniden evlilik yoluyla aileler
  kalıpyargılar, 190-191
  kuramları, 190
  geleneksel biçimi, 190, 191, 224-225
  ilişkilerin türleri olarak, 2
  şiddet, 66, 108, 154-159, 167, 214
  iş/çalışma ve 225-228
ait olma denenceleri, 3, 6, 7, 9. *Ayrıca bk.*, bağlanma
aldatma, **167**-169, 195, 197
algılanan destek, 63. *Ayrıca bk.*, toplumsal destek
ana-babasal yatırım (kuramı), 33
ana babalar -ana babalık
  bebeklerle bağ, 3, 4-5, 63, 76, 79
  çocuklarla çatışma, 145-146, 194
  boşanma ve 63-64, 174, 176, 178-180
  arkadaşlıklar ve 58
  yeniden evlenmiş ailelerde, 33
  hakkında senaryolar, 174, 190-194
  toplumsal destek için, 4, 10
  tarafından şiddet, 63-64

* *Koyu numaralar anahtar kavramların işaret edildiği sayfaları göstermektedir.*

anneler
bebeklerle bağlar, 4-5, 6
boşanma ve 63-64
toplumsal destek, 63-64
anket (araştırmada), 12
araştırma (yakın ilişkiler üzerine), 11-16
bağlanma üzerine, 5
çekim üzerine, 25-26
çatışma üzerine, 153-154
farklılık üzerine, 10-11, 189
boşanma üzerine, 177-178, 180
ahlaki sorunlar, 15-16
aile işi üzerine, 225
toplumsal cinsiyet farklılıkları üzerine, 219
genellenebilirliği, 10-11
yöntemleri, 11-16
çok kültürlü/çok ırklı ilişkiler üzerine, 201
katılım, 15-16
siyasi konular, 177, 218
ilişki gücü üzerine, 224
yeniden evlilik/yeniden evlilikle oluşan aileler üzerine, 194
araştırmacının etkisi, 15
hakkında senaryolar, 15
açılma üzerine, 125-127
cinsel esneklik üzerine, 218
arkadaşça (aşk biçemi olarak), 82-84
arkadaşça aşk, **79**-80
arkadaşlıklar, 45-49
ergenlerin, 57-58, 63
yetişkinlerin, 58-59, 60
yaş ve 52, 56-59
çekim ve 26, 49, 54-55, 61
en iyi arkadaşlar, 53
beden dili, 29
çocukların, 56-57, 60, 146-147
yakınlık, 55
iletişim, 53, 54, 55-56, 59, 60, 123
çatışma, 59, 146-147
karşıtcins türleri, 45-47, 55, 59, 60-62
üzerine kültürel etkiler, 52, 61
tanımı, **49**-50, 60
çözülmesi, 59
gelişimi, 54-56
diyalektikler, 50
yaşlı bireylerin, 58-59
aile ilişkileri ve 57, 58-59
eşcinsel kadın ilişkileri ve 195
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 52, 53, 59, 59-62, 222
diğer ilişkilerle bütünleşme, 58
yakınlık, 55, 60
kıskançlık, 166
evlilik ve 58, 63
ana babalar/ana babalık ve 58
örüntüleri, 52-53
kişilik ve, 52, 53, 54-55
fiziksel çekicilik ve, 31, 54
ilişki doyumu, 53, 54, 55, 60
romantik ilişkiler vb., 222
aynı cins türleri, 55, 57-58, 60, 61, 195-197
hakkında senaryolar, 1, 45-49, 235
açılma, 50, 54, 60
cinsel istek/davranış, 50, 61
benzerlik, 54-55
toplumsal ağları, 55-56
toplumsal destek, 63-64
kuramları, 50-54
ilişki türleri olarak, 2
gönüllük doğası, 49-50
arşivsel yaklaşımlar (araştırma için), **14**
Asyalı Amerikalı aileler,198-199. *Ayrıca bk.*, farklılık.
aşk, **75**-76. *Ayrıca bk.*, romantik aşk
aşk biçemleri, **82**-84, 168, 222, 223
aşk davranışları, 79
Aşk Tutumları Ölçeği, 82, 83, 106
aşk yolları, 81
ataerkil şiddet, 154, 156
Avrupalı/Amerikalı aileler, 198-201. *Ayrıca bk.*, farklılık
ayrılma (yakın ilişkilerde), 169-174
kötüye kullanma ve, 157-158
yaş ve 172-173
sonraki etkileri, 172-174
bağlanma biçemi ve 172, 173
çekim ve 170, 171
birlikte yaşama ve, 166, 203
bağlılık ve 173
çatışma ve 170
üzerindeki kültürel etkiler, 170
çıkma/kur yapma ve 90-91, 133, 166, 173
tanımı, **170**
boşanma, 172-180
eşcinsel erkek ve kadın ilişkilerinde, 170, 196-197
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 167, 174
aldatma ve 166, 167-169, 170, 173

kıskançlık ve 166-167
partnerlerin bakış açısı, 173-174
kişilik ve 171
olumsuz yaşantıların olumlulara oranı, 170
nedenleri, 166-169, 170-171
kurtulma, 90-91, 173
ilişki doyumu ve 133, 171
yeniden evliliklerde, 193
romantik aşk ve 90-91
hakkında senaryolar, 12, 13, 161-165, 239
cinsel doyum ve 104
toplumsal ağ ve 172
toplumsal destek ve 90-91, 173
aşamaları, 171-172
aynı cins arkadaşlıklar, 55, 57-58, 60, 61, 195-197, *Ayrıca bk.*, arkadaşlıklar

babalar
bebeklerle bağlar, 4-5
boşanma ve 178-180
bağlanma, 4-7
çekim ve 23-24. *Ayrıca bk.*, bağlanma
üzerindeki kültürel etkiler, 6
tanımı, **4**
bileşenleri, 4-5
mutluluk ve 6-7, 24
bebeklerin ana babalarıyla bağları, 3, 4-5, 76
kaybı, 6-7, 8-9, 242
evlilik ve 23-24
çok kültürlü ve çok ırklı ilişkilerde, 201
fiziksel temas ve 4, 76, 97-98
ilişkiyi sürdürme ve 122
üzerine araştırma, 5
romantik ilişkiler ve 4, 5-6, 23-24, 65-66, 68, 76-78
hakkında senaryolar, 242
toplumsal destek ve 65-66, 68
biçemleri. *Ayrıca bk.*, bağlanma biçemleri kuramları, 5, 78
bağlanma (yakın ilişkilerde), 40-41
ayrılma ve 173
tanımı, **40**
eşcinsel erkek/kadın ilişkilerinde, 109-196
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 37-38, 219-220
aldatma ve 168
karşılıklılığı, 40-41
ırksal/etnik farklılıklar, 199-200
karşılıklılık, 40
ilişki niteliği ve 132
ilişki doyumu ve 37-38, 40-41, 109, 133
romantik aşk ve 81-82
romantik ilişkiler, 40-41
cinsel istek/davranış ve 98, 99
üçgen kuram ve 81-82
güven, 40-41
türleri, 40, 41
kuramları, 40-41
şiddet ve 155
bağlanma biçemi, 76-78
bağımlı, sahiplenici aşk (aşk biçemi olarak), 82-84
bağlılık yaklaşımı (çatışmayı ele almak için), **148**
bebekler
bağlanma ve 3, 4-5, 76
ana babalarla bağlar, 3, 4-5, 6, 63, 76, 79
çatışma ve farkındalıkları, 146
boşanma ve üzerindeki etkileri, 178
beden dili. *Ayrıca bk.*, sözel olmayan iletişim
benliği genişletme kuramı (romantik aşkın), 79
benzerlik
çekim ve **25**-26, 54-55
iletişim ve 129-130
bilişsel tutarlılık kuramı (arkadaşlıkta), 50
bilgisayar ilişkileri, 35
bilgisayarda ilişkiler, 35
birlikte yaşama, 11, 99, 104, 155, 195, 203-204
boşanma, 174-180
ergenler ve ergenler üzerindeki etkileri, 178, 179
sonrası etkileri, 178-180
yaş ve 174, 178-180
için engeller, 174
nedenleri, 174, 176, 177-178
çocuklar ve çocuklar üzerindeki etkisi, 174, 176, 178-180, 194, 225
birlikte yaşama ve 203
üzerindeki kültürel etkiler, 174
tanımı, **174**
ekonomik, 176, 178
aile ilişkileri ve 174
sonrası babanın varlığı, 178-180
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 174-175, 178-179
sağlık ve 7, 178
oranı, 174
aldatma ve 169
sonrası annenin durumu, 63-64
ana babalar/ana babalık ve 63-64, 174, 176, 178-180

kişilik ve 176-177
ırksal/etnik farklılıklar, 198-199, 201
olumluların olumsuzlara oranı, 174, 175
kurtulma, 90-91, 166, 177-178
sonrası yeniden evlilik, 178, 192, 194. *Ayrıca bk.*, yeniden evlilik/yeniden evlilik yoluyla aileler
üzerine araştırma, 177-178, 180
romantik aşk ve 90-91, 179
hakkında senaryo, 161-165, 239
cinsel istek/davranış ve 178
toplumsal destek ve 63-64
kuramları, 176-178
giden yol, 174, 175
eğilim, 174
türleri, 177
ilişki süresince değişmeler, 174, 175, 176
uyarı işaretleri, 176, 177
boşanma-gerginlik uyum bakış açısı, 177-178

CGH. *Ayrıca bk.*, cinsel yolla geçen hastalık
cinsiyet
biyolojik belirleyici olarak, **211**-212, 215. *Ayrıca bk.*, toplumsal cinsiyet
istek/davranış olarak, **98**, 106. *Ayrıca bk.*, cinsel istek/davranış
cinsiyetçilik, 214-215
cinsel istek/davranış, 93-113
uzak durma ve 111
ergenlerin, 100, 111
saldırganca türler, 108, 158-159
yönelik tutumlar, 99-101, 111, 167, 168, 223
çekim ve 26, 76, 101-103
doğum kontrolü ve 110, 112
ayrılma ve 104
nedensel türleri, 217
birlikte yaşama, 11, 99, 104, 155, 195, 203-204
bağlılık ve 98-99
iletişim ve 103, 104-105, 108, 111, 112
üzerine kültürel etkiler, 101, 109-110
karar verme, 103, 111-112
tanımı, **105**
engeller, 110-111
kaynaklanan hastalık, 111-112
boşanma ve 178
çifte standart, 218
ilaç kullanımı ve 110-111
eğitim ve 217
yaşlı bireylerin, 110
duygusal katılım ve 98
ayrılıkçılığı, 99, 104, 107
deneyim düzeyi ve 101-102
evlilik dışı türleri, 168, 169
sıklığı, 98-99
arkadaşlıklarda, 50, 61
eşcinsel erkek/kadın ilişkilerinde, 99, 108-109, 195
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 99, 99, 101, 107, 215-219, 223
sağlık ve 110-111
aldatma ve 168, 169. *Ayrıca bk.*, aldatma
yakınlık ve 193
çok ırklı/ çok etnikli ilişkilerde, 109-110
sözel olmayan iletişim, 104
kuralları, 218
özgünlüğü, 104
yönelimler, 100-101. *Ayrıca bk.*, cinsel yönelim
partner seçimi ve 111, 217, 218-219
tutku ve 79-81, 132
fiziksel çekicilik ve 101, 105
esnekliği, 215-219
evlilik öncesi cinsellik, 98, 100
reddedilmesi, 104-105, 151
ilişki gücü ve 112, 151, 217
ilişki doyumu ve 99, 103-105
üzerine araştırma, 218
riske girme, 111-112
romantik aşk ve 76, 80-81, 105-107
hakkında senaryolar, 93-97, 236-237
açılma ve 105
kuramları, 26, 107, 217
güven ve 112
türleri, 98, 99, 103
ilişkideki değişmeler, 98-99, 103, 106, 110, 168
cinsel sıklık, **98**-99
cinsel yönelim, 10, 194-195, 197. *Ayrıca bk.*, eşcinsel erkek/kadın ilişkileri
cinsel esneklik, **215**-219
cinsel doyum, **103**-105
cinsel stratejiler kuramı (eş seçiminde), 34
cinselliğe dayalı temel ilişki, **190**. *Ayrıca bk.*, romantik ilişkiler
cinsel yolla geçen hastalık (CGH), 111-112, 195
cinsel yolla bulaşan enfeksiyon (CBE), 111-112
paylaşılan bir anlam sistemi (iletişim olarak), 120, 121, 129-130

cinsel saldırı, 158-159
cinsel tutumlar, 99-101
Cinsel Tutumlar Ölçeği (CTÖ), 100-101, 102
cinsiyet kategorisi, 211-212

çalışma. *Ayrıca bk.*, iş/çalışma
çatışma (yakın ilişkilerde), 137-154
kötüye kullanma vb. 154, *Ayrıca bk.*, kötüye kullanmayı ele alan yaklaşımlar
bağlanma biçemi ve 77-78
yükleme yapma ve 143, 147-148
ayrılma ve 170
nedenleri, 142-143
çocuklar ve etkileri, 145-147, 157, 194
çocukların arkadaşlıklarında, 146-147
iletişim ve 59, 66, 148, 153
yapıcı vb. yıkıcı, 145
kültürel etkiler, 148
tanımı, **141**
aile ilişkilerinde, 145-146, 192, 193-194
arkadaşlıklarda, 59, 146-147
eşcinsel kadın/erkek ilişkilerinde, 196-197
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 149, 151, 222
evliliklerde, 147-154
doğal oluşumu, 145
ana baba/çocuk ilişkilerinde, 145-146, 194
oranları, 147
ilişki gücü ve 151, 155
ilişki doyumu ve 149, 151
yeniden evlenilen ailelerde, 192, 193-194
üzerine araştırma, 153-154
romantik ilişkilerde, 66, 147-154
hakkında senaryolar, 6, 9, 10, 137-141, 238-239
toplumsal destek ve 153
aşamaları, 142
yapısı, 142
kuramları, 143-145
güven ve 39
çekicilik. *Ayrıca bk.*, fiziksel çekicilik
çekicilik, 23-32
bağlanma ve 23-24. *Ayrıca bk.*, bağlanma
tutum olarak, 24, 25
ayrılma ve 170, 171
iletişim ve 28-29
üzerindeki çevresel etkiler, 27-29
flört ve 35
arkadaşlık ve 26, 49, 54-55, 61
eşcinsel erkek/kadın ilişkilerinde, 195
mutluluk ve 24-25, 32
eş seçimi ve eş seçimine *bk.*
bilgisayar ortamında ilişkiler ve 35
üzerindeki kişisel etkiler, 29-32, 34
fiziksel çekicilik ve 28, 29-30, 101, 195
fiziksel yakınlık ve 27-28, 54
karşılıklılık, 32
üzerine araştırma, 25-26
hakkında senaryolar, 2, 15, 19-23, 233-234
açılma ve 32
cinsel istek/davranış ve 26, 76, 101-103
benzerlik ve 25-26, 54-55
toplumsal istenirlik ve 30, 31
kuramları, 24-27
çevresel etkiler
çekim üzerine, 27-29
arkadaşlık üzerine, 54
çıkış yaklaşımı (çatışmayı ele alma için), **148**
çiftlerin meslek sahibi olması, 225-227
çift kimliği, 221
çift türleri, 121, 127, 150, 196-197
çıkmalarda cinsel tecavüz, 108, 158
çıkma/kur yapma
ayrılma, 90-91, 133, 166, 173
Ayrıca bk., ayrılma
devamı, 36-41, 133
aldatma, 31, 39-40
beklentiler, 38-39
ilk çıkmalar, 19-23
eşcinsel erkek/kadın ilişkileri ve 195-196
evliliğe giden yol ve, 41, 42. *Ayrıca bk.*, evlilik
ilişki gücü, 224
ilişki doyumu ve 133
yeniden evlilik ve 192
hakkında senaryolar, 2, 15, 19-23, 233-234
partnerlerle ilgili seçim, 32
kuramları, 41-42
türleri, 42
şiddet, 155
çocuk bakımı, 226, 227
çocuklar
kötüye kullanılan ilişkilerde, 157
için sağlanan çocuk bakımı, 226, 227
birlikte yaşanılan ilişkilerde, 203
çatışma ve üzerindeki etkiler, 145-147, 157, 194
çatışma ve ana babalar, 145-146, 194
boşanma ve üzerindeki etkiler, 174, 176, 178-180, 194, 225
arkadaşlıkları, 56-57, 60, 146-147

eşcinsel erkek/kadın ilişkilerinde, 197-198
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 214, 215
oyun biçemleri, 214, 215
sayı ve zamanlamada etnik farklılıklar, 199, 201
yeniden evliliklerde, 174, 190-194
çalışan ana babalar ve 225-226
çok kültürlü/çok ırklı ilişkiler, **198**, 201-202
bağlanma, 201
tutumlar, 201-202
tanımı, **198**
farklılık ve 10-11
oranı, 198
ilişki doyumu, 109, 202
üzerine araştırma, 201
cinsel istek/davranış, 109-110
ırksal/etnik gruplarda benzerlikler, 202
için toplumsal destek, 202
hakkında kalıpyargılar, 109, 202
eğilimler, 198

davranışçı kuramlar, 25, 50
davranışsal kayıtlar (araştırmada), 12-13
denge kuramı,
çekicilik üzerine, 24-25, 26
arkadaşlık üzerine, 50
deneysel yaklaşımlar (araştırma için), **14**-15
DEST. *Ayrıca bk.*, duyarlı etkileşim sistem kuramı
diyalektikler
çatışma ve 145
tanımı, 37, **124**
arkadaşlıklarda, 50
özel yaşam vb. toplumsal giriş, 37
ilişki doyumunda, 37
açılmada, 124, 127-128
doğum kontrolü, 110, 112
dokunma (duygu gösterimi olarak), 4, 76, 97-98
donma etkisi (ve ilişki gücü), 223-224
dullar, 181, 192. *Ayrıca bk.*, yoksunluk, yaşlı bireyler
duyarlı etkileşim sistem kuramı (DEST) (toplumsal desteğin), 63
duygu (heyecan olarak), **24**, 222
düşmanca cinsiyetçilik, 215

edimsel koşullanma, 25
engeller (ve cinsel istek/doyum), 110-111
en yakın arkadaşlar, 53. *Ayrıca bk.*, arkadaşlıklar
Ergenler. *Ayrıca bk.*, çocuklar
ana babalarla çatışmalar, 146
boşanma ve ergenler üzerindeki etkileri, 178, 179
aile ilişkileri, 57
arkadaşlıklar, 57-58, 63
romantik ilişkiler ve ergenler, 58
cinsel istek ve davranışı, 100, 111
toplumsal ağlar, 58
için toplumsal destek, 63
esneklik (kadının cinselliğinin), **215**-219
eşcinsel erkek (tanımı), **194**. *Ayrıca bk.*, eşcinsel erkek/kadın ilişkileri
eşcinsel erkek/kadın ilişkileri, 194-198
uyum, 197, 198
AIDS/HIV ve 195
yönelik tutumlar, 195, 197, 198
çekim, 195
yoksunluk, 180, 197
ayrılma, 170, 196-197
çocuklar, 197-198
birlikte yaşama, 195, 203
bağlılık, 109, 196
çatışma, 196-197
çift türleri, 196-197
üzerine kültürel etkiler, 195, 197, 198
çıkma/kur yapma ve 195-196
ortağın ölümü, 180, 197
partnerlerin açılımı, 195, 197
farklılık ve 10
arkadaşlar ve 195
toplumsal cinsiyet ve 195, 196, 214
aldatma, 195, 196
fiziksel çekicilik ve, 195
ilişki sürdürme, 195-196
ilişki doyumu, 109, 133, 195-196
aynı cins arkadaşlıklar vb., 195-197
hakkında senaryolar, 14, 185-189, 240
cinsel istek/davranış, 99, 108-109, 195
toplumsal destek, 195, 196, 197
şiddet, 196
eşcinsellik. *Ayrıca bk.*, eşcinsel erkek/kadın ilişkileri
eşcinsel kadın (tanımı), **194**. *Ayrıca bk.*, eşcinsel erkek/kadın ilişkileri
etik sorunlar, 15-16
yakın ilişkilerde aldatma, 31, 39-40
araştırmada
etkileşim
bağlanma ve 4, 7
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 214, 215
yakınlık ve 86, 87

etniklerarası/ırklararası ilişkiler, 201-202. *Ayrıca bk.*, çok kültürlü/çok ırklı ilişkiler
etnik grup/ırk, 10-11, 109-110, 198, 201-202. *Ayrıca bk.*, çok kültürlü/çok ırklı ilişkiler; özgün ırksal/etnik gruplar
ev işleri (ve aile ilişkilerinde işlerin bölüşümü), 224-225, 227
evlat edinme (eşcinsel kadın/erkek ilişkilerinde), 197, 198
evlilik. *Ayrıca bk.*, romantik ilişkiler
  yaş ve 174
  düzenlemesi, 131
  bağlanma ve 23-24
  öncesi birlikte yaşama, 203
  çatışma, 147-154
  üzerine kültürel farklılıklar, 6
  çıkma/kur yapma ve 41, 42
  ilişki ortağının ölümü. *Ayrıca* ölüm
  boşanma. *Ayrıca bk.*, boşanma
  yaşlı bireylerde, 192
  arkadaşlıklar ve 58, 63
  deneyiminde toplumsal cinsiyet farklılıkları, 133
  mutluluk ve 6, 24
  sağlık ve 6-7, 24, 222
  aşk biçemleri ve 84-85
  için güdü, 23-24
  oranlarında ırksal/etnik farklılıklar, 198-199
  doyum. *Ayrıca bk.*, ilişki doyumu
  hakkında senaryolar, 4, 9, 10
  cinsel saldırganlık, 158
  cinsel doyum ve 104
  giden yol, 41, 42. *Ayrıca bk.*, çıkma/kur yapma
  eşleşme denencesi, 30-31
  eş seçimi, 32-35, 79, 213, 229
  ilaç (ve cinsel istek/davranış), 110
  umursama, **122** (ilişkiyi sürdürme yaklaşımı olarak). *Ayrıca bk.*, ilişki sürdürme
evlilik dışı ilişkiler, 168, 169. *Ayrıca bk.*, aldatma
evliliğin erken yılları çalışması, 200
evlilik öncesi cinsellik, 98, 100
evrimsel kuram, 32-35
  bağlanma üzerine, 5, 78
  toplumsal cinsiyet farklılıkları üzerine, 212-214, 217
  aldatma üzerine, 168
  kıskançlık üzerine, 167
  eş seçimi üzerine, 32-35, 79, 229
  fiziksel çekicilik üzerine, 30
  psikoloji ve 32-35, 79
  tecavüz üzerine, 214
  romantik aşk üzerine, 79
  cinsel istek/davranış üzerine, 107, 217
evrimsel psikoloji, 79. *Ayrıca bk.*, evrimsel kuram
evlilik tecavüzü, 158

farklılık (yakın ilişkilerde), 10-11, 185-206
  yaş ve 10
  birlikte yaşama, 203-204
  yaşlı bireyler, 58-59. *Ayrıca bk.*, yaşlı bireyler
  aile ilişkileri, 189, 198-201. *Ayrıca bk.*, aile ilişkileri
  eşcinsel erkek/kadın ilişkileri, 10, 194-198. *Ayrıca bk.*, eşcinsel erkek/kadın ilişkileri
  yakınlık ve 89, 91
  çok kültürlü/çok ırklı ilişkiler, 10-11, 109-110, 198, 201-202
  doğası, 10-11
  engelleri ve hastalıkları olan insanlar, 110-111
  ırksal/etnik türleri, 198-201
  yeniden evlilik yoluyla aileler, 174, 178, 190-194
  üzerine araştırma, 10-11, 189
  hakkında senaryolar, 185-189, 240
  gruplararası benzerlik, 202
  türleri, 10
feminist kuram (toplumsal cinsiyet üzerine), 212, 213-214
fiziksel çekicilik, 29-32
  çekicilik ve 28, 29-30, 101, 195
  beden biçimi ve 30
  üzerinde kültürel etkiler, 29, 30
  diğerleri tarafından değerlendirilme, 28, 29, 31-32, 53
  yüz hatları, 30
  arkadaşlıklar ve 31, 54
  eşcinsel erkek/kadın ilişkilerinde, 195
  toplumsal cinsiyet farklılıkları, 101
  genellenebilirliği, 28, 29, 31-32, 53
  uzun dönemli anlamlılığı, 31-32, 35
  eşleşme denencesi, 30-31
  eş seçimi ve 34-35
  kitle iletişim ve 30
  romantik ilişkiler ve 29-30, 31-32
  cinsel istek/davranış ve 101, 105
  toplumsal istenirlik, 30, 31
  kuramları, 30, 31-32, 53

fiziksel temas, 4, 76, 97-98 (bağlanmanın yönü olarak)
flört, 35

gelişimsel kuram
arkadaşlık üzerine, 50
toplumsal cinsiyet farklılıkları üzerine, 214
görüşmeler (araştırmada), 12
gözlemsel yaklaşımlar, **13**-14
göz teması, 28, 129
güç (ilişkilerde)
güvenli bağlanma biçemi, **5**, 65-66, 76-78
güven (yakın ilişkilerde), 39-40, 112, 132
"güzellik eşittir iyilik denecesi", 31-32, 53. *Ayrıca bk.*, fiziksel çekicilik

hakkaniyet kuramı
çatışma üzerine, 144
tanımı, **51**
mübadele kuramı, 50, 144
arkadaşlık üzerine, 50, 51
hastalık (ve cinsel istek/doyum), 110
hastalık (ve cinsel istek/davranış), 110-111
HIV (insan bağışıklık yetmezlik virüsü), 195. *Ayrıca bk.*, cinsel yolla geçen hastalık

ırksal/etnik farklılıklar, 198-201, 203. *Ayrıca bk.*, özgül ırksal/etnik gruplar

içsel olarak işleyen model, 5
İDÖ. *Ayrıca bk.*, İlişki Değerlendirme Ölçeği
ilaç kullanma, 110-111
iletişim (yakın ilişkilerde), 104-105, 122-131, 132
iletişime yaklaşımlar, 77-78
bağlanma biçemleri ve 28-29
çekim ve 59, 66, 148, 153
bağlamı, 131
üzerindeki kültürel etkiler, 122, 129
arkadaşlıklarda, 53, 54, 55-56, 60, 123
toplumsal cinsiyet farklılıklar, 60, 66, 130, 151, 222
için yönergeler, 131, 132
yakınlık ve 126, 222
dinleme/anlama ve 222
sözel olamayan türleri, 28-29, 30, 104, 122, 128-129
karşılıklılık, 130
ilişkiyi sürdürme ve 120, 121, 122-123
ilişki gücü ve 151
ilişki doyumu ve 53, 54, 55, 60, 103, 104-105, 122, 123, 130-131
romantik aşk ve 81
romantik ilişkiler, 66, 67, 122-123
hakkında senaryolar, 115-119, 237
açılma. *Ayrıca bk.*, açılma
cinsel istek/davranış ve 103, 104-105, 108, 111, 112
paylaşılan bir anlam sistemi, 120, 121, 129-130
toplumsal ağ ve 55-56
eğitim, 130-131
sözel türleri, 122
şiddet ve 156
İlişki gücü, 151
kötüye kullanma ve 155, 156
iletişim ve 151
kaput kullanımı ve 112
çatışma ve 151, 155
üzerine kültürel etkiler, 223
çıkma/kur yapmada, 224
bağımlılık, 223-224
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 112, 151, 217
yeniden evlilikte, 193
üzerine araştırma, 224
açılma ve 224
cinsel istek/davranış ve 112, 151, 217
geleneksel toplumsal cinsiyet rolleri ve 217, 223-224
İlişki Değerlendirme Ölçeği (İDÖ), 133, 134
ilişki doyumu, 131-134
bağlanma biçemleri ve 78, 133
ayrılma ve 133, 171. *Ayrıca bk.*, ayrılma
bağlılık ve 37-38, 40-41, 109, 133
iletişim ve 53, 54, 55, 60, 103, 104-105, 122, 123, 130-131
çatışma ve 149, 151
çıkma/kur yapma ve 133
tanımı, 131-132
diyalektikler ve 37
yetkinlik ve 224-225
beklentiler, 38-39
arkadaşlıklarda, 53, 54, 55, 60
eşcinsel erkek/kadın ilişkilerinde, 109, 133, 195-196
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 133, 149, 220-221, 222
sağlık ve 133
aldatma ve 168, 169
yakınlık ve 103-105

aşk biçemi ve 82, 84
çok etnikli/çok ırklı ilişkilerde, 109, 202
yeniden evlilikte, 192-194
tutkulu aşk ve 133
olumlu yanılsamalar ve 38-39
ırk/etnik farklılıklar, 199-200, 201
olumsuz yaşantıların olumlulara oranı ve 151, 170, 174, 175
ilişki uyumu vb., 132
ilişki niteliği vb., 132
romantik inançlar ve 37-38, 82, 84
açılma ve 128
cinsel istek/davranış ve 99, 103-105
toplumsal destek ve 66, 68
istikrarlılık ve 41, 104, 132
kuramları, 132-133
güven ve 40-41
şiddet ve 156
iş/çalışma ve 226, 227, 228-229
ilişki inanışları, 219-220
ilişki kültürü, 190, 191, 220-223
ilişki niteliği, 132. *Ayrıca bk.*, ilişki doyumu
ilişki sona ermesi. *Ayrıca bk.*, ayrılma; boşanma
ilişkisel cinsellik. *Ayrıca bk.*, cinsel istek/davranış.
ilişkiyi sürdürme, 120-122
bağlanma ve 122
iletişim ve 120, 121, 122-123. *Ayrıca bk.*, iletişim
çift türleri ve 121, 127
tanımı, **120**
eşcinsel erkek/kadın ilişkileri, 195-196
devam eden doğası, 120, 121
kişisel özellikler ve 121-122
hakkında senaryolar, 115-119, 237
açılma ve 122, 124. *Ayrıca bk.*, açılma
stratejileri, 120-122, 195, 196
ilişki türleri ve 120-121
insan bağışıklık yetmezlik sendromu. *Ayrıca bk.*, HIV; cinsel yolla geçen hastalık
İspanyol kökenli Amerikalı aileler, 198- 199, 200-201. *Ayrıca bk.*, farklılık
iş/çalışma, 27, 225-228
işlem/eğitim
kötüye kullanma için, 158
yoksunluk için, 181
iletişim becerilerinde, 130-131
deneysel araştırma ve, 14-15
kıskançlık için, 167
yalnızlık için, 9
istek/geri çekilme döngüsü
iletişim örüntüsü olarak, 130
çatışmayı ele alma yaklaşımı olarak, **149**

kaçınmacı bağlanma biçemi, 5, 76-78
karşılıklı bağımlılık kuramı
yakın ilişkiler üzerine, 40-41
arkadaşlık üzerine, 51
karışık aileler. *Ayrıca bk.*, yeniden evlilik/ yeniden evlenmiş aileler, 28-29, 128-129
karşılıklılık
bağlılığın, 40-41
ilişki odaklanmanın, 221
karşılıksız aşk, 90
karşılıklılık
çekimde, 32
bağlılıkta, 40
iletişimde, 130
tanımı, 32
açılmada, 126
kaput kullanımı, 112
katılımcı bildirimi yaklaşımları (araştırma için), 12-13, 14
karşıtcinssellik. *Ayrıca bk.*, cinsel istek/davranış; romantik ilişkiler
karşıtcinsel arkadaşlıklar, 45-47, 55, 59, 60-62. *Ayrıca bk.*, arkadaşlıklar
kaygılı bağlanma biçemi, **5**, 76-78
kayıp, **166** (yakın ilişkilerin kaybı). *Ayrıca bk.*, ayrılma; ölüm; boşanma
kaynak kuramı (arkadaşlık üzerine), 51
kazanılmış bağışıklık yetersizliği sendromu. *Ayrıca bk.*, AIDS; cinsel yolla geçen hastalık
kıskançlık, 11, 13, **166-167**
kişisel anlatılar (araştırmada), 12
klasik koşullama, 25
korumacı cinsiyetçilik, **214**-215
konuşma yaklaşımı (çatışmayı ele alma için), **148**
kötü kader, 170, 175, 193
kötüye kullanma (yakın ilişkilerde), 154-158, 159
kur yapma. *Ayrıca bk.*, çıkma/kur yapma
kültürel etkiler, 9-11
kötüye kullanma üzerinde, 155, 156-157
bağlanma biçemleri üzerinde, 6
ayrılma üzerinde, 170
yakın ilişkiler üzerinde, 9-11
birlikte yaşama üzerinde, 203, 204
iletişim üzerinde, 122, 129
çatışma üzerinde, 148

çift biçimleri üzerinde, 190, 191
farklılık ve 10-11. *Ayrıca bk.*, farklılık
boşanma üzerinde, 174
yetkili olma üzerinde, 224-225
göz teması üzerinde, 129
aile ilişkileri üzerinde, 190, 191, 198-201
arkadaşlık üzerinde, 52, 61
eşcinsel erkek/kadın ilişkileri üzerinde, 195, 197, 198
toplumsal cinsiyet üzerinde, 229-230
mutluluk üzerinde, 6
aldatma üzerinde, 169
yakınlık üzerinde, 89, 91
evlilik üzerinde, 6
eş seçimi üzerinde, 34-35
sözel olmayan iletişim üzerinde, 129
fiziksel çekicilik üzerinde, 29, 30
ilişki gücü üzerinde, 223
yeniden evlilik üzerinde, 193, 194
romantik aşk üzerinde, 85-86
romantik ilişkiler üzerinde, 190-191
cinsel saldırganlık üzerinde, 158-159
cinsel istek/davranış üzerinde, 101, 109-110
toplumsal destek üzerinde, 64, 65
geleneksel aile/ çift biçimleri üzerinde, 190, 191, 193, 194
şiddet üzerinde, 155, 156, 157

mantıklı (aşk biçemleri olarak), 82-84
mutluluk
bağlanma ve 6-7, 24
çekim ve 24-25, 32
üzerine kültürel etkiler, 6
sağlık ve 6-7, 24
evlilik ve 6, 24
mübadele kuramı, 50-51
çekicilik üzerine, 25
yükleme kuramı vb. üzerine, 144
ortak ilişkiler vb. üzerine, 52
çatışma üzerine, 144-145
tanımı, 50, 144
bileşenleri, 51
hakkaniyet kuramı vb. üzerine, 50, 144
arkadaşlık üzerine, 50-51
romantik ilişkiler üzerine, 50

olumlu yanılsamalar (ilişki partnerleri hakkında), **38**-39
ortak ilişkiler, **52**
oyunsu aşk (aşk biçemi olarak), 82-84
ödül kuramı (çekim üzerine), 25
öğrenme kuramı
çekim üzerine, 25
romantik aşk üzerine, 79
ölüm (ilişki ortağının), 180-182
üzerine yoksunluk, 7, 180-182, 192, 197
eşcinsel erkek/kadın ilişkilerinde, 180, 197
kaynaklı kayıp, 166
sonrası yeniden evlilik, 192
"ölümcül çekim", 26, 27
örnek (romantik aşk için yaklaşım), **80**-81
özel yaşam (yakın ilişkilerde), 37, 127-128
Özgeci aşk (aşk biçemleri olarak), 82-84, 222-223

pekiştirme kuramları
çekim üzerinde, 25
arkadaşlık üzerinde, 50
psikoloji (ve evrimsel kuram), 32-35, 79

Rochester Etkileşim Kayıdı, 13
romantik aşk, 71-92. *Ayrıca bk.*, romantik ilişkiler
yaş ve 84-85
bağlanma biçemleri ve 76-78
yönelik tutumlar, 223
davranışları, 79
ilişkin inanışlar, 37-38, 80, 222
ayrılma ve 90-91. *Ayrıca bk.*, ayrılma
bağlılık ve 81-82
iletişim ve 81
devamı, 75-76
üzerine kültürel etkiler, 85-86
boşanma ve 90-91, 179. *Ayrıca bk.*, boşanma
ilişkin inanışlarda toplumsal cinsiyet farklılıkları, 37-38, 80, 222
yakınlık ve 81-82, 86-90
olumsuz etkileri, 90-91
tutkulu ve arkadaşça aşk türleri, 79-80
ilişki niteliği ve 132
ilişki doyumu ve 37-38, 82, 84
hakkında senaryolar, 71-75, 236
cinsel istek/ davranış ve 76, 80-81, 105-107
biçemleri, 82-85
kuramları, 76, 78-82
türleri, 79-80, 81
romantik bağlanma, **76**-77. *Ayrıca bk.*, romantik aşk; romantik ilişkiler
romantik inanışlar (ve ilişki gelişimi), 37-38

romantik ilişkiler. *Ayrıca bk.*, romantik aşk
kötüye kullanma, 154-158, 159.
ergenler ve 58
bağlanma ve 4, 5-6, 23-24, 65-66, 68, 76-78
yönelik tutumlar, 190, 191
yapılan seçimler, 243-244
birlikte yaşama ve 203-204. *Ayrıca bk.*, birlikte yaşama
bağlılık, 40-41
iletişim, 66, 67, 122-123
çatışma, 66, 147-154
çift kimliği, 221
çift türleri, 121, 127, 150, 196-197
üzerine kültürel etkiler, 190, 191
çıkma/kur yapma. *Ayrıca bk.*, çıkma/kur yapma
tanımı, 190
stresli çiftlerde, 147-148, 155
çiftlerin meslek sahibi olması 225-227
yetkinlik ve 224-225
beklentileri, 37-41, 77
çıkma, 35
arkadaşlık, 61
eşcinsel erkek/eşcinsel kadınlarda. *Ayrıca bk.*, eşcinsel erkek/kadın ilişkileri
aldatma, 167-169, 195, 197
diğer ilişkilerle bütünleşme, 58
yakınlık, 86-90
sürdürme. *Ayrıca bk.*, ilişkiyi sürdürme
olarak evlilikler. *Ayrıca bk.*, evlilik; yeniden evlilik/ yeniden evlilikle oluşan aileler
sözel olmayan iletişim, 29, 128-129
fiziksel çekicilik ve 29-30, 31-32
ilişki gücü
olarak yeniden evlilikler. *Ayrıca bk.*, evlilik/ yeniden evlilikle oluşan aileler
doyum. *Ayrıca* bk., ilişki doyumu
açılma, 124-128
cinsellik, 190
için toplumsal destek, 64-68, 90-91
hakkında kalıpyargılar, 190, 191
kuramları, 50
geleneksel biçimi, 180-191
güven, 39-40
ilişki türü olarak, 2
şiddet, 66, 155
işyerinde, 27

sağaltıcı yaklaşımlar. *Ayrıca bk.*, işlem/eğitim
sağlık
kötüye kullanma ve 157
bağlanma ve 6-7, 24- 78
yoksunluk ve 7, 180-181
boşanma ve 7, 178
mutluluk ve 6-7, 24
evlilik ve 6-7, 24, 222
ilişki doyumu ve 133
açılma ve 127
cinsel istek/davranış ve 110-111
sapkın aileler, 191-192
şiddet (yakın ilişkilerde), 66, 108, 154-159, 167, 196, 214
sonuçsal/kültürel yaklaşım (iletişim için), **122**-123
sorumluluk (toplumsal cinsiyet rolleri ve beklentiler için), **212.** *Ayrıca bk.*, toplumsal cinsiyet,
sözel iletişim. *Ayrıca bk.*, iletişim, açılma
Sözlü olmayan iletişim, 28-29, 30, **128**-129. *Ayrıca bk.*, iletişim
stratejik/işlevsel yaklaşım (iletişim için), **122**-123

tamamlanmamış kurumsallaşma (yeniden evlenmenin çerçevesi), 191-193
tanıdık tecavüzü, 108
tecavüz, 108, 158, 214
tıkama, **152**
toplulukçuluk (kültürel değer olarak), 199, 200-201
toplumsal cinsiyet, 207-232
sorumluluk ve 212
kavram değişimi, 229-230
üzerine kültürel etkiler, 229-230
tanımı, **211**
ilişkili davranışlarda farklılıklar. *Ayrıca bk.*, toplumsal cinsiyet farklılıkları
eşcinsel erkek/kadın ilişkileri ve 195, 196, 214
hakkında senaryolar, 207-211, 240-241
cinsiyet vb., 211-212, 215
kuramları, 212-214, 229-230
geleneksel roller/beklentiler, 207-211, 212, 213-215, 216, 217, 220, 223-224, 227
çoklu rollerin değerleri, 227, 229-230
toplumsal cinsiyet farklılıkları
kötüye kullanmada, 154, 155
yoksunlukta, 181
beden dilinde, 29
ayrılmada, 167, 174

çocukların oyun türlerinde, 214, 215
birlikte yaşamada, 203
bağlılıkta, 37-38, 219-220
iletişimde, 60, 66, 130, 151, 222
çatışmayı ele alma yaklaşımlarında, 149, 151, 222
boşanmada, 174-175, 178-179
yetkinlikte, 224-225
arkadaşlıklarda, 52, 53, 58, 59-62, 222
ev işleri ve ailede işlerin bölüşümü, 224-225, 2227
gelir düzeyinde, 228-229
aldatmada, 168, 169
etkileşim biçemlerinde, 214, 215
yakınlıkta, 220, 222
kıskançlıkta, 167
aşk biçemlerinde, 82, 222-223
evlilik deneyiminde, 133
eş seçiminde, 33-35
fiziksel etkileşimde, 101
ilişki inançlarında, 219-220
ilişki gücünde, 112, 151, 217
ilişki doyumunda vb., 133, 149, 220-221, 222
yeniden evlilikte, 190-191, 193
üzerine araştırma, 219
romantik inanışlarda, 37-38, 80, 222
açılmada, 125-126
cinsel saldırganlıkta, 158-159
cinsel istek/davranışta, 98, 99, 101, 107, 215-219, 223
toplumsal destekte, 64-65, 66, 221
kuramları, 212-214, 217
şiddete, 156-157, 167
iş/çalışma, 225-227, 228-229
toplumsal istek (ve fiziksel çekicilik), 30, 31
toplumsal öğrenme kuramı. *Ayrıca bk.*, öğrenme kuramı
toplumsal ağlar. *Ayrıca bk.*, toplumsal destek
yaşam boyunca, 56-59, 64
ergenlerin, 58
ayrılma ve 172
yakın ilişkiler ve 55
iletişim ve 55-56
tanımı, **55**
yaşlı bireylerin, 64
aile ilişkilerin, 58
arkadaşların, 55-56
yakınlık ve 89
ırksal/etnik farklılıklar, 201
Toplumsal giriş kuramı
tanımı, **36-37**
arkadaşlık üzerine, 50
açılma üzerine, 36, 50, 124
Toplumsal yapı kuramı
toplumsal cinsiyet farklılıkları üzerine, 213, 214
romantik aşk üzerine, 79
toplumsal destek, 62-68
yaş ve 63-64
bağlanma biçemleri ve 65-66, 68
davranışları, 62-63, 65, 66, 67
yoksunluk ve 181
ayrılma ve 90-91, 173
çatışma ve 153
üzerine kültürel etkiler, 64, 65
tanımı, **62**
boşanma ve 63-64
aile ilişkilerinden, 63-64
arkadaşlardan, 63-64
eşcinsel erkek/kadın ilişkileri için, 195, 196, 197
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 64-65, 66, 221
ölçümü, 63
çok kültürlü/çok kültürlü ilişkiler için, 202
olumsuz etkileri, 64
devam eden doğası, 62
ana babalar/ana babalık için, 63-64
algısı, 63
ırksal/etnik farklılıklar, 201
ilişki doyumu ve 66, 68
yeniden evlenilen aileler için, 193, 194
romantik ilişkiler için, 64-68, 90-91
türleri, 62, 63
şiddetli aile ilişkilerinde, 66
tutum (tutumlar)
çekicilik olarak, 24, 25
tanımı, 24
kur yapmaya yönelik, 203, 204
aile ilişkilerine yönelik, 190, 191-192
eşcinsel erkek/kadın ilişkilerine yönelik, 195, 197, 198
aldatmaya yönelik, 100, 167, 168
çok kültürlü/çok ırklı ilişkilere yönelik, 201-202
romantik aşka yönelik, 223
romantik ilişkilere yönelik, 190, 191

cinsel istek/davranışa yönelik, 99-101, 111, 167, 168, 223
geleneksel aile/çift biçimlerine yönelik, 190, 191
tutku, 80-82, 132
tutkulu aşk, **79**-80, 106-105, 133. *Ayrıca bk.*, romantik aşk
Tutkulu Aşk Ölçeği, 80
tutuklu, 7, 217

UDR kuramı. *Ayrıca bk.*, Uyarıcı-değer-rolü kuramı
uyarılma kuramları (çekimin), 26
Ulusal Sağlık ve Toplumsal Yaşam Taraması (USTYT), 14
USTYT. *Ayrıca bk.*, Ulusal Sağlık ve Toplumsal Yaşam Taraması
uyarıcı-değer-rolü (UDR) (ilişki gelişiminin), 32, 42

Üçgen kuramı (aşkın), 81-82, 89
Üvey aileler. *Ayrıca bk.*, yeniden evlilik/ yeniden evlenilen aileler

video bandı (araştırmada kullanma), 13-14

yakınlık (ve çekim), **27**-28, 54
yakın terörizm, **154**. *Ayrıca bk.*, kötüye kullanma
yakın ilişkiler, 2-17
bağlanma ve 3, 4-7. Bakınız bağlanma
ait olma denencesi ve 3, 6, 7, 9
ayrılma, 166. *Ayrıca bk.*, ayrılma, ölüm ve boşanma
yapılan seçimler, 242, 244
çağdaş doğası, 9-11
bağlamı, 9-10. *Ayrıca bk.*, kültürel etkiler
tanımı, 2, 9
gelişimi, 36-41, 50-56
farklılık, 10. *Ayrıca bk.*, farklılık; ırksal/ etnik farklılıklar
toplumsal cinsiyet ve *ayrıca bk.*, toplumsal cinsiyet; toplumsal cinsiyet farklılıkları
yönelik genel bilgi, 2-3, 11
önemi, 2-9
bütünleştirme, 58
sürdürme, 120-122. *Ayrıca bk.*, ilişkiyi sürdürme,
için güdü, 7
örüntüleri,3,5,7
özel yaşam, 37,127-128
üzerine araştırma,11-16. *Ayrıca bk.*, araştırma
doyum, ilişki doyumu
toplumsal ağlar ve 55
türleri. 2. *Ayrıca bk.*, aile ilişkileri; arkadaşlıklar; romantik ilişkiler
aş. *Ayrıca bk., belirli yaş grupları.*
yoksunluk ve 181
ayrılma ve 172-173
birlikte yaşama ve 203
farklılık ve 10
boşanma ve 174-178-180
arkadaşlık ve 52, 56-59
evlilik ve 174, 192
eş seçimi ve 34
yeniden evlilik ve 192
romantik aşk ve 84-85
toplumsal destek ve eş, 63-64
yaygın partnerler arası şiddet, **154.** *Ayrıca bk.*, kötüye kullanma
yaşlı bireyler
yoksunluk, 181. *Ayrıca bk.*, yoksunluk
birlikte yaşama, 203
aile ilişkileri, 58-59
arkadaşlıklar, 59-59
evlilik, 192
yeniden evlilik, 192
hakkında senaryo, 15
cinsel istek/davranış, 110
toplumsal ağları, 64
dul olarak, 181, 192
Yakınlık İçin Etkileşim Kayıt Formu (YEKF), 87-88
yakınlık, 86-90
davranışlar, 87
beden dili ve 128-129
iletişim ve 126, 222
bağlamı, 89-90
üzerine kültürel etkiler, 89, 91
tanımı, **86**
gelişimi, 89
farklılık ve 89, 91
arkadaşlıklarda, 55, 60
toplumsal cinsiyet farklılıkları, 220, 222
etkileşim ve 86, 87, 222
ölçümü, 87-89
sözel olmayan iletişim ve 128-129
fiziksel uzaklık ve 186, 129
ilişki niteliği ve 132
ilişki doyumu ve 103-105
romantik aşk ve 81-82, 86-90

romantik ilişkilerde, 81-82, 86-90
açılma ve 124, 126, 222. *Ayrıca bk.*, açılma
cinsel istek/davranış ve 193
toplumsal ağ ve 89
kuramları, 81-82, 86-87, 126, 222
türleri, 86
şiddet ve 154, 156
yatırım modeli
bağlılık üzerine, 40
arkadaşlık üzerine, 51
yalnızlık, 8-9. *Ayrıca bk.*, bağlanma
yeğin aşk (aşk biçemi olarak), 82-84, 106
yetkinlik (ve kişisel beklentiler), **224**-225
yetişkinler
ayrılma ve yaş, 172-173
boşanma ve yetişkinler üzerindeki etkileri 178-180
yaşlı bireyler. *Ayrıca bk.*, yaşlı bireyler
aile ilişkileri, 58-59
arkadaşlıklar, 58-59, 60
ilişkilerin bütünleştirilmesi, 58
evlilik. *Ayrıca bk.*, evlilikler
ana baba olarak. *Ayrıca bk.*, ana babalar/ana babalık
toplumsal ağları, 58-59, 64
için toplumsal destek, 63-64
yeniden evlenme/yeniden evlenmeyle oluşan aileler, 174, 178, 190-194, **(191)**
(YEKF)Yakınlık İçin Etkileşim Kayıt Formu
yoksunluk ve 180
ayrılık ve 172, 173
iletişim ve 77-78
çatışma çözme ve 77-78
üzerine kültürel etkiler, 6
sağlık ve 78
aldatma ve 168
kıskançlık ve 166-167
çıktıları, 77-78
ilişki doyumu ve 78, 133
romantik aşk ve 76-78
istikrarlılığı, 76-77
kuramları, 78
türleri, 5-6, 65-66, 76
yoksunluk, **180**-182, 192, 197
yokmuş gibi davranma (çatışmayı ele alma için), **148**
yükleme kuramları (çatışmaya yönelik), 143, 144-145
yüklemeler (davranış hakkında), **143**, 147-148
yüz ifadeleri/hatları, 28, 30, 129